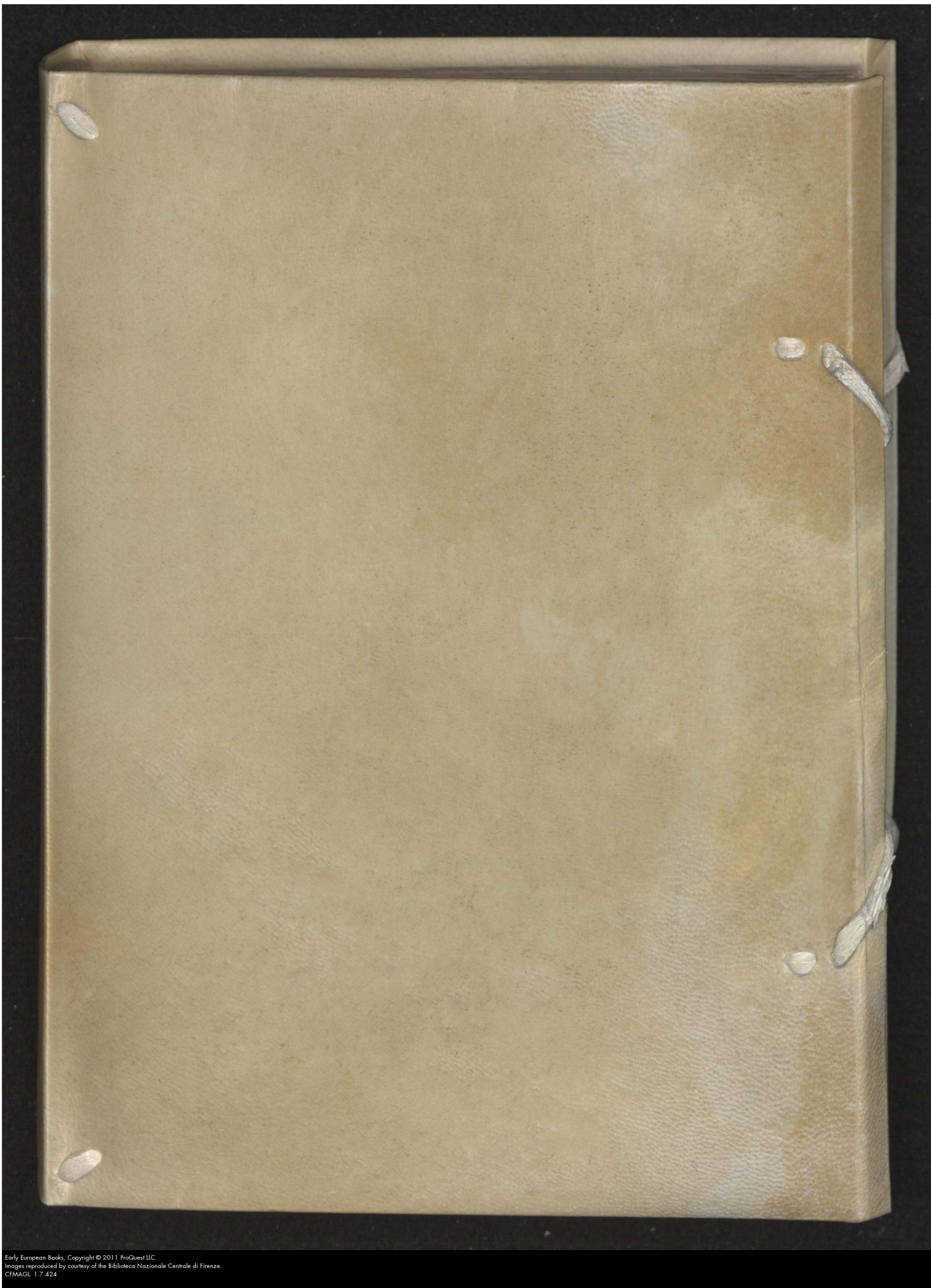
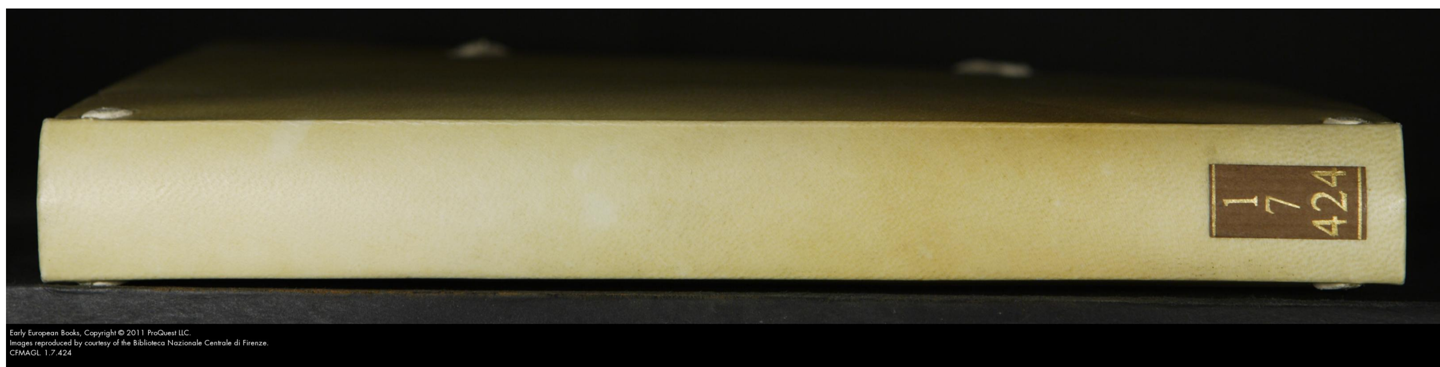
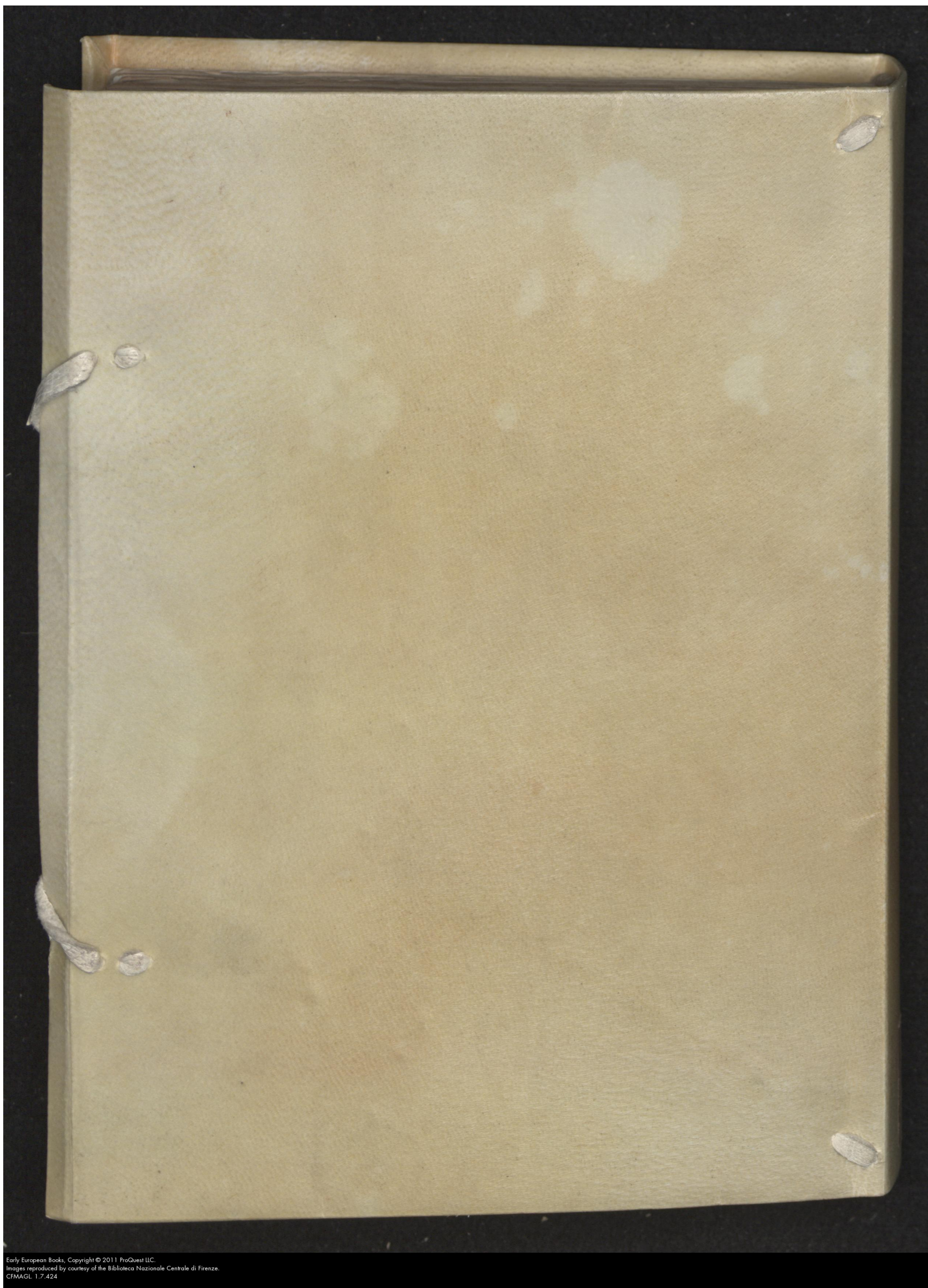



1
7
424











HIERONYMI MERCVRIALIS

DE ARTE GYMNASTICA LIBRI SEX,

In quibus exercitationum omnium vetustarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid deniq. ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

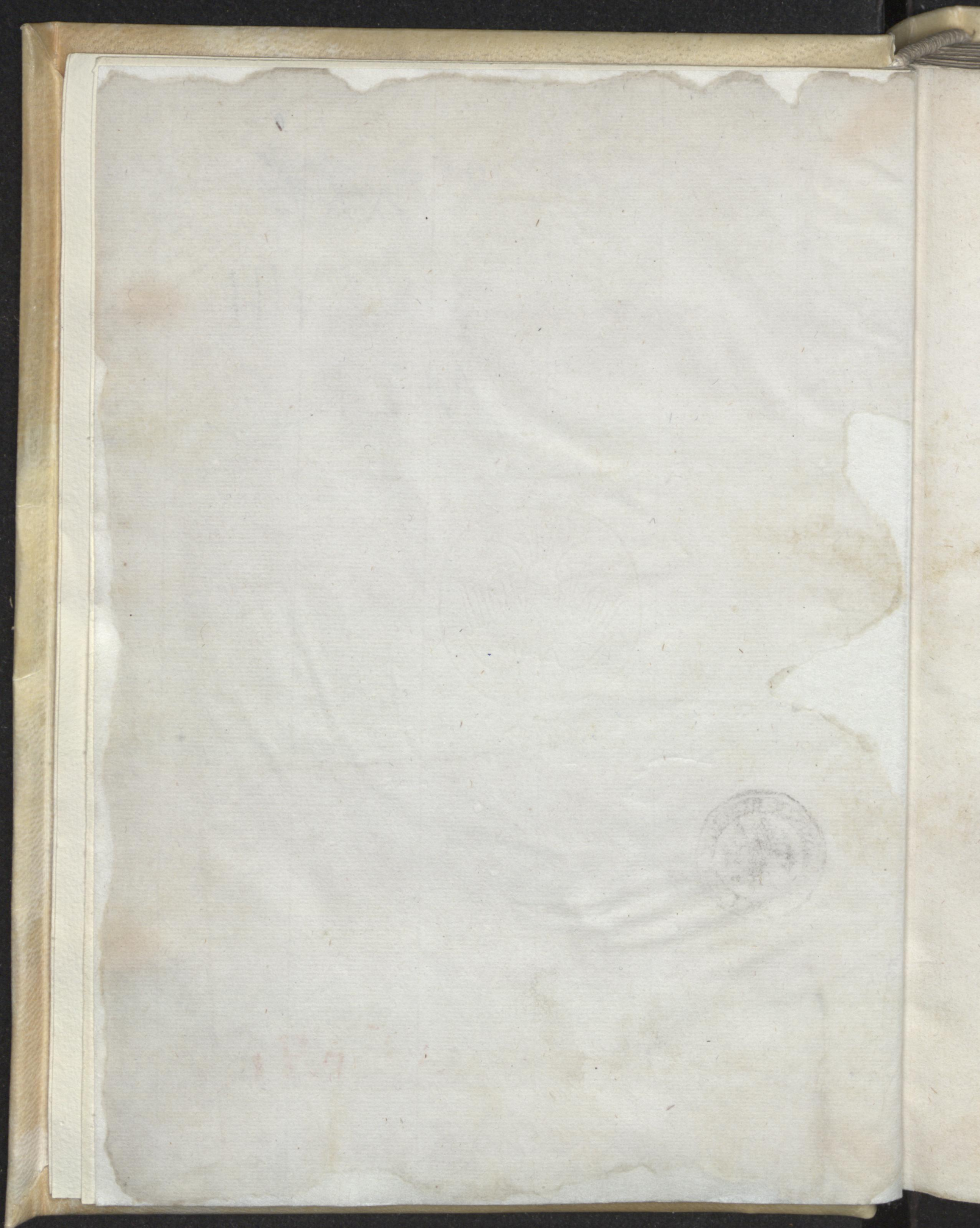
Secunda editione aucti, & multis figuris ornati.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoscendarum, & valetudinis conseruandae studiosis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.



VENETIIS APVD IVNTAS, M D LXXIII.



HIERONYMI MERCVRIALIS DE ARTE GYMNASTICA LIBRI SEX,

In quibus exercitationum omnium vetustarum genera, loca, modi, facultates, & quidquid deniq. ad corporis humani exercitationes pertinet, diligenter explicatur.

Secunda editione aucti, & multis figuris ornati.

Opus non modo medicis, verum etiam omnibus antiquarum rerum cognoscendarum, & valetudinis conseruandae studiosis admodum vtile.

AD MAXIMILIANVM II. IMPERATOREM.





VENETIIS APVD IVNTAS, M D LXXIII.

MAXIMILIANO II. IMPERATORI INVICTISSIMO

HIERONYMVS MERCVRIALIS perpetuam Felicitatem D.





I quando mecum diligentius considero, MAXIMILIANE *Inuictißime, quot, quantaque Imperatores, summiq. Principes pro hominum salute, & tranquillitate tam bello, quam pace gesserint, in eam facile descendo sententiam, merito, atque optimo iure omnes fere gentes, & nationes fecisse, quod eos dignos existimarunt qui in Deorum immortalium numerum referrentur. Inter ea uero, quae in humanum genus innumera contulerunt beneficia magnam partem sibi uindicant artes paene omnes liberales, quas maximis propositis praemijs non excitarunt modo, atque extulerunt aliquando iacentes, sed ita etiam earum dignitatem amplificarunt, ut ipsi soli illarum auctores, & instauratores propemodum uideantur. Id facile perspicere quiuis potest, qui militaris disciplinae, le-*

gum ſcientiae, ceterarumque, ſine quibus uita haec noſtra fere uitalis non eſſet, laudandarum artium ortus, & incrementa memoria uelit repetere: ſed ne Imperatori ſapientiſſimo, quae omnibus paſſim nota ſunt, recenſendo ſim moleſtus, unum medicae artis omnium utiliſſimae exemplum proponam, quae proculdubio aut nulla eſſet, aut certe eum quem hoc tempore praeſefert ſplendorem, & elegantiam non haberet, niſi Principum benignitas, ſine qua omnis plerumque langueſcit induſtria, ſummis uiris illius auctoribus affulſiſſet. Etenim quantum a primis illis temporibus quaſi naſcenti medicinae attulerint auxilij Cadmus, Salomon, Alexander, poſterioribus uero Attalus, Ptolemaeus, Nero, Hadrianus, Conſtantinus, Juſtinus, alij permulti, complurium Doctorum hominum monumenta teſtantur. uerumtamen ut alia omittam in praeſentia, non exigui momenti putandum id eſt, quod magnificentiſſima, atque ampliſſima Gymnaſia extruxerint, inque ijs artem Gymnaſticam inſtituentes, ipſius magiſtros ac praefectos aluerint, qui homines exercitationibus, & ad corporis, & ad animi ſanitatem conferentibus inſtruentes ad bene, beateque uiuendum uiam communirent. Haec enim ars illa eſt, ob quam olim Perſarum reges, Lacedaemonij, Athenienſes, Romani ita in bellis gerendis ualuerunt, ut ſaepe non maxima manu incredibiles hoſtium ui-

res

res fregerint, innumerabiles copias fuderint, tot denique regna, totque nationes suis ditionibus subiecerint, ut ne recenseri quidem numerando facile queant. Hac eadem instructi, non defuerunt Principes, qui aduersus quemlibet Athletam robore sunt ausi contendere, quales fuisse Cyrum, Neronem, Traianum, Antoninum, & Seuerum accepimus, quos praeterquam quod hac sola arte sanitatem conseruasse, fortissimosque euasisse memoriae proditum est, ob hanc quoque caussam id eos fecisse uerisimile est, ut ceteros suo exemplo ad easdem exercitationes inuitarent. Huiusmet artis ope quis ignorat priscos regnorum, & prouinciarum gubernatores Athletarum, et gladiatorum spectacula ad subditos in officio continendos prudenter excogitata introduxisse? ne plurima alia commoda recenseam, quae gymnastica, quo tempore floruit, ad humanam felicitatem perficiendam semper uberrime praestitit. Sed, quo plures scimus ab hac arte utilitates emanasse, eo magis dolendum nobis est, quibus nescio quo misero fato cum multis alijs optimarum artium studijs perijt, atque exstincta prorsus est; unde fit ut uetus illud militare robur, & ueram sanitatem perpauci sint hoc tempore, qui consequantur, totque morborum genera quotidie nos infestent, quot ob exercendorum corporum consuetudinem non expertos esse ueteres rationi consentaneum est. Haec autem etsi ita sint, desperandum tamen

men non est, sapientissime Imperator, quin eorum scriptorum beneficio, apud quos rudis atque adumbrata quaedam illius delineatio remansit, ab interitu possit uindicari, ac iterum in hominum adspectum, lucemque proferri, si & Principum ad hanc rem propensio adsit, & homines docti, & antiquitatis periti reperiantur, qui in hoc studium incumbere, omnesque ingenij neruos contendere non recusent. Ceterum cur nemo nostris saeculis huiusmodi prouinciam susceperit, sane pronunciare non audeo: id unum scio, rem sicut maximae utilitatis, ita immensi esse laboris. Et ego, licet multa essent, quae ab ea deterrere me possent, aliquando tamen sum aggressus, quaeque inter legendos auctores huc pertinentia obseruaueram, in unum ueluti corpus collecta in commentarium redegi. quod factum a me est magna animi contentione, & studio: euentu autem, ut ex multorum testimonijs cognoui, audeo dicere, non infelici. Quae etiam me caussa impulit, ut, quamuis hos libros, quo tempore ALEXANDRRI FARNESII Card. sapientissimi ac prudentiss. medicum Romae agebam pepererim, illiq. dicatos in uulgus ediderim: tamen, publico licet profitendi munere, & frequentibus aegrorum uisitationibus implicitus, rursus eos postremis hisce mensibus in manibus sumpserim, nonnullisq. mutatis, alijs plurimis adiectis, quarundam exercitationum ex uetustis monumentis iconibus repraesentatis

tis

tis ita exornauerim, ut non uerear quin gratiores multo (quemadmodum solent semper posteriores curae esse meliores) sint in lucem prodituri, atque iucundiores. Quo etiam factum est, ut, quod antea non sum ausus, illos nunc tuae Maiestati consecrare pro mea erga te obseruantia non dubitauerim. Cum praesertim, si Gymnasticae renascenti ullus est patronus quaerendus, neminem te potiorem esse constet: ut, quemadmodum olim Imperatores eam instituerunt, auxerunt, & illustrarunt, ita tu hoc tempore amissam, quae tua summa auctoritas, & potentia, promptaque de humano genere bene merendi uoluntas est, in pristinum splendorem, in ueterem dignitatem & possis, & uelis restituere. Accedit etiam, quod Cardinali FARNESIO, cui post Deum omnia debere me fateor, & quem tuae Maiestatis obseruantissimum, ac indefessum laudum tuarum praedicatorem semper esse sensi, gratissimam rem facturum me existimaui, si hoc opus in ipsius laribus natum, & minus politum in eius nomine publicatum, nunc perfectius, locupletius, & pulchrius redditum tuae Maiestati ipsius nomine adferrem. Quamobrem oro, ut, qua soles ncomparabili animi magnitudine, hoc licet Maiestati tuae impar munus, qualecumque tamen tenuitas nostra offerre potest, accipere, meque inter tuos numerare, protegere, ac fouere digneris. nam, quamquam me

ijs,

ijs, qui omni disciplinarum atque artium genere excellentes M. T. inseruiunt, comparandum non esse non ignorem: si tamen animus spectetur meus, non dubito, quin, sicut nullius studia in M. T. sunt ardentiora, aut obseruantia maior, ita aliquo inter alios gratiae tuae loco non indignus uideri possim. Deus Optimus Max. M. T. pro Christiani orbis salute diu incolumem, & felicem conseruet.

Pataui, Kal. Sext. CIↃ IↃ LXXIII.

LAVRENTII GAMBARAE
BRIXIANI CARMEN.

Auxilio ſicut Phoebi genitoris, & arte,
Arte Coronides medica celeberrimus olim
Membra minutatim patrios diſiecta per agros
Hippolyti, tandem manibus collegit, & artus
Artubus aptauit nitens, iuuenemq. carentem
Iam luce aetheria, iam tartara nigra tenentem
Ad ſuperas ſedes, erebi reuocauit ab umbris;
Et membris laetos, oculisq. infudit honores:
Queis ſolitum lumen ſumpſerunt membra iuuentae:
Confiſus ita nunc ope Mercurialis, & aura
Farneſij aſpirantis heri collegit in unum
Gymnada: qua quondam ſe ſe exercere relicto
Carcere maiores, populo ſpectante, ſolebant.
Haec pars ad ludos ſpectat, pars altera tantum
Commemorat; cum quis pictis ſe oſtentat in armis,
Fortis ut euadat miles, pars tertia narrat,
Sint ea, quae incolumes ſeruent, morboq. uacantes
Mortales, dum uita manet, docet inſuper haec pars,
Ordine quo poſſint homines extendere longum
In tempus dubiam aetatem, tardamq. ſenectam
Ducere inexpertamq. mali, curaq. carentem;
Omnia quae latuere diu diſperſa, tenebrisq.
Abdita Cimmerijs: quae nunc diſtincta labore,
Et multo ſtudio, tamquam noua ſidera fulgent,
Scriptores inter Graios, pariterq. Latinos.

Matth. Deuarij.

Ὡς πάλαι ἱππολύτοιο μέλη, παιήονος υἱὸς
  σύστασιν εἰς ζώου σώματος ἡρμόσατο,
ὧδέ ποτ' οἰχομένης καλὰ λείψαν ἀμυδρά περ ἔμπος
  τέχνης γυμνασίης νῦν ἀναλεξάμενος,
ἄκρος ἀκεστορίην Ἱερώνυμος, ἀθάνατόν μιν
  κοὐ τεθνηξομένην αὖθις, ἔτευξε νόῳ
ὃς γοῦν ἶσα θεοῖσιν, ὀνήσιμα ἔργ' ἀναφαίνῃ,
  ἶσα θεοῖς, τιμῆς ἄξιος ἀθανάτου.

Ἀχιλλέως Στατίου Λουσιτανοῦ.

Γυμνάσιον πολυηδὲς ἄγαν πονέων συνέγειρες
  Παντοίοις σποράδην ἐκδοθὲν ἐν βιβλίοις
Οὕνεκα τῶν τε σοφῶν Ἱερώνυμε ψηφῶν ἀποισῇ
  Πένταθλον οὐχὶ μόνον πάνταθλον ἀλλὰ μόνος.

Achillis Statij Lusitani.

Orco mortales Hieronymus inuidet aegros
  Lumen ad aetherium semianimes reuocans,
Quod quia saepe facit, laudatur saepe, suiq.
  Fama tripertito nominis orbe uolat.
Nunc autem noua fama alia increbrescit, ut artes
  Exstinctas ueterum gymnasiumq. nouat.
Macte animo, uir magne, ergo tu cetera membra,
  Ore exercebis, sed tua laus hominum.

Auctorum nomina, quorum fide, & testimonio hi Libri conscripti sunt.

Aeschylus
Aetius
Afranius
Agathinus
Alexander Aphrodisiensis
Alexander Trallianus
Antillus
Aretaeus
Aristophanes
Aristoteles
Asclepiades
Athenaeus
Auerroes
Auicenna
Aulus Gellius
Ausonius
D. Basilius
Caius Julius Caesar
Caßius Jatrosophista
Catullus
Caecilius Plinius
Clemens Alexandrinus
Coelius Aurelianus
Columella
Cornelius Celsus
D. Cyprianus
Diocles
Dion
Dionysius Areopagita
Dionysius Halicarnaseus
Erasistratus
Erotianus
Euripides
Eusebius
Galenus
Herodotus
Herodianus
Hesiodus
D. Hieronymus
Hippocrates
Homerus
Horatius
Josephus
Jsidorus
Julius Capitolinus
Julius Firmicus
Julius Pollux
Justinus Martyr

Iuuenalis
Laertius
Laitus
Lampridius
Libanius
Lucanus
Lucianus
Lucilius
Lucretius
Marcus Tullius
Martialis
Meletius
Oribasius
Ouidius
Pacuuius
D. Paullus
Paullus Aegineta
Pausanias
Persius
Philostratus
Plato
Plautus
Plinius
Plutarchus
Polybius
Porphyrius
Posidonius
Propertius
Pub. Victor
Razes
Rufus Ephesius
Scribonius Largus
Seneca
Sex. Pompeius Festus
Sidonius Apollinaris
Soranus Ephesius
Spartianus
Statius
Strabo
Suetonius Tranquillus
Suidas
Terentius
Tertullianus
Themison
Theodorus Priscianus
Theophrastus
Valerius Flaccus
Valerius Max.
Varro
Vegetius
Vitruuius
Vopiscus
Xenophon.

ARTIS·GYMNASTICAE LIBER.PRIMVS

De Principijs Medicinae. Cap. I.



VAMDIV Homines paucissimis rebus contenti lautas mensas,& opipara conuiuia non cognouerunt, propinationisque post inductam paullatim cõsuetudinem penitus igno B rarũt, (id quod primis illis saeculis exstitisse memoriae proditum est) morbi neq. apparuerunt, neq. etiam eorum nomina innotuerunt, sicut usq. ad tempora Socratis distillationum, quas Graeci κατάῤῥυς dicunt, nomen, quo nil hodie frequentius est, ignoratum esse tradidit Plato: qua de re tunc temporis medicinae aut paucos omnino, aut nullos usus, nullaq. principia exstitisse certum est: etsi Homerus antiquissimus auctor scripserit Aegyptum multas herbas, multaq. medicamenta habuisse. Postquam uero intemperantiae nefanda lues, coquorum exquisitae artes, delicatissima epularum condimenta, uinorumq. peregrinae temperaturae inter homines irrepsere, morborum simul uaria continuo genera succrescentia ad inueniendam medicinam eos C coegerunt: qua semper carere profecto licuisset, nisi humana, uel potius ferina ingluuies omnium uitiorum soboles eius usum omnium maxime necessarium effecisset. Medicina uero tametsi primo illo ortu rudis admodum, incultaq. fuerit, quando prisci illi (ut Herodotus, & Galenus referunt) aegrotos palam exponebant, ut unusquisq. quod utile, atq. experimentis comprobatum habebat, alterum edoceret; posterioribus tamen saeculis ab Aesculapio Epidaurio cognomento apud Cyrenaeos medico mirifice ex ornata fuit, & quasi ex rustica urbana, & concinna reddita: quam tamen omnino perficere is nequaquam potuit, quippe qui solis morbosis, ac languentibus operam nauans id unum semper curandi studium habuit; sanorum curam aut ullam esse ignorauit, aut eam prorsus contempsit: quod postea successores illius intelligentes adeo existimatione dignam reputarunt, ut medicinam sine hac

3. de Republi.

In lib. qui medic⁹ inscribitur.

totam mancam, nulloq. modo perfectam esse posse perspexerint. D
Atq. hi fuere primi Herodicus Selymbrianus, & Hippocrates eius discipulus, qui curatiuae morborum medicinae conseruatoriam ualetudinis partem fere circa sana dumtaxat corpora satagẽtem addere uisi sunt, arbitrantes non minus praeclarum, atq. artificiosum opus esse sanos homines a morbis praecauere, quam illos iam implicitos liberare: unde medicina, quae antea semper quasi uirgo fuerat, praegnans ab illis reddita fuit, quandoquidem prius solis curandis aegritudinibus, tum sanis etiam conseruandis praefecta est. An totam eam medicinae partem, quae & ad sanos, & ad uictus rationem pertinet ex tabellulis, alijsue donarijs, Aesculapij templo dicatis Hippocrates conflauerit: an uero solam in curandis morbis uersantem clinicem uocatam, quemadmodum Varro, Strabo, atq. Plinius credidisse uidentur, mihi plane compertum non est: nisi quod cum fuisset mos liberatos morbis in templo eius Dei, quid auxiliatum esset, scribere: Isque a primis illis temporibus usque ad Antonini Imperatoris aetatem non modo in Graecia, uerum etiam in Italia perdurauerit: uti prae ceteris ex tabella marmorea Romae in Aesculapij templo in insula Tiberina inuenta, & usq. ad hanc diem apud Maphaeos conseruata intelligere licet, in qua graece haec leguntur.

Lib. 29. cap. 1. E

Αὐταῖς ταῖς ἡμέραις Γαΐῳ τινὶ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ἐλθεῖν ἐπ' ἱερὸν βῆμα, καὶ προσκυνῆσαι, εἶτα ἀπὸ τοῦ δεξιοῦ ἐλθεῖν ἐπὶ τὸ ἀριστερὸν, καὶ θεῖναι τοὺς πέντε δακτύλους ἐπάνω τοῦ βήματος, καὶ ἆραι τὴν χεῖρα, καὶ ἐπιθεῖναι τοὺς ἰδίους ὀφθαλμοὺς, καὶ ὀρθὸν ἀνέβλεψε, τοῦ δήμου παρεστῶτος, καὶ συγχαιρομένου ὅτι τόσαι ἀρεταὶ ἐγένοντο ἐπὶ τοῦ σεβαστοῦ ἡμῶν ἀντωνίνου. id est: F

Hisce diebus Caio cuidam caeco oraculum reddidit, ueniret ad sacrum altare, & genua flecteret, deinde a parte dextera ueniret ad laeuam, & poneret quinque digitos super altare, & eleuaret manum, & poneret super proprios oculos: & recte uidit populo praesente, & gratulante, quod grandia miracula fierent sub Imperatore nostro Antonino.

Λουκίῳ πλευρϊτικῷ καὶ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντὸς ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι τέφραν, καὶ με-

A τοῖνου ἀναφυρᾶσαι, καὶ ἐπιθεῖναι ἐπὶ τὸ πλευρὸν, καὶ ἐσώθη, καὶ δημοσίᾳ ηὐχαρίστησε τῷ θεῷ, καὶ ὁ δῆμος συνεχάρισατο. id est:

Lvcio affecto lateris dolore, & desperato a cunctis hominibus oraculum reddidit Deus, ueniret, & ex ara tolleret cinerem, & vna cum vino commisceret, & poneret supra latus: & conualuit, & publice gratias egit Deo: & populus congratulatus est illi.

Αἷμα ἀναφέροντι ἰουλιανῷ ἀφηλπισμένῳ ὑπὸ παντός ἀνθρώπου, ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν, καὶ ἐκ τοῦ τριβώμου ἆραι κόκκους
B στροβίλου, καὶ φαγεῖν μετὰ μέλιτος ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας, καὶ ἐσώθη, καὶ ἐλθὼν δημοσίᾳ ηὐχαρίστησεν ἔμπροσθεν τοῦ δήμου. id est:

Sanguinem reuomenti Iuliano desperato ab omnibus hominibus ex oraculo respondit Deus, ueniret, & ex ara caperet nucleos pini, & comederet una cum melle per tres dies: & conualuit, & uiuens publice gratias egit praesente populo.

Οὐαλερίῳ ἄπρῳ στρατιώτῃ τυφλῷ ἐχρημάτισεν ὁ θεὸς ἐλθεῖν καὶ λαβεῖν αἷμα ἐξ ἀλεκτρυόνος λευκοῦ μετὰ μέλιτος, καὶ κολλύριον συνθεῖναι, καὶ ἐπὶ τρεῖς ἡμέρας ἐπιχρῖσαι ἐπὶ τοὺς ὀφθαλμοὺς, καὶ ἀνέβλεψεν, καὶ ἐλήλυθεν, καὶ ηὐχαρίστησεν δημοσίᾳ τῷ θεῷ. id est:

C Valerio Apro, militi caeco, oraculum reddidit Deus, ueniret, & acciperet sanguinem ex gallo albo, admiscens mel, & collyrium conficeret, & tribus diebus uteretur supra oculos: & uidit, & uenit, & gratias egit publice Deo.

Quod etiam in templo Isidis fieri solitum fuisse, ex his Tibulli carminibus conijcio.

Nunc Dea, nunc succurre mihi, iam posse mederi,
Picta docet templis multa tabella tuis.

Cum haec inquã ita essent, uerisimile sit, solam remediorum cognitio

gnitionem potuisse ab Hippocrate inde excerpi, & sub certis regulis, ac rationibus constitutam ad artis formam prouectam esse: certus sum tamen sapientissimum senem non casu ullo, nec fortuna, sed diuinissimis illis, quibus pollebat, ingenij uiribus, ac disciplinis sicuti cetera omnia, ita & hanc inuenisse, inuentam excoluisse, necnon curatiuae adiunxisse: In quibus medicinae partibus non ideo ueteres illius parentes minorem laudem merentur, q plurimi fuerint morbi, quos nec ab ipsis cognitos, nec curandi eos modum indicatum esse constet; quoniam non ueterum ignauia, aut rerum imperitia illud effecerunt, sed potius infinita gulae blandimenta, inexplebilis libido, immensaq. uoracitas, quibus, ut sapienter disputauit Seneca, & post ipsum Plutarchus, nouae morborum species genitae sunt, adhucq. quotidie gignuntur, quarum aliae sero, aliae numquam medelam receperunt: sic namq. pueros & mulieres post Hippocratis aetatem podagra exercere coepit, sic uiuente Pompeio, atq. Asclepiade aquae formido, seu hydrophobia, Aristoteli, ac antiquioribus haud nota, necnon elephantiasis Aegypto familiaris sese primo demonstrarunt: adeoq. tarde medelam receperunt, ut Scribonius Largus, qui Claudij imperatoris tempore Romae medicam artem professus est, scripserit neminem ab hydrophobia usq. ad tempora sua liberari uisum; & si Appuleius Celsus in Sicilia, ubi plurimi fiunt rabidi canes, ortus ad eum morbum antidotum quandam cōposuisset, Barbarusque quidam in Creta naufragio appulsus se eum Hyenae pelle quod Aetius quoq. de alijs retulit, curare gloriaretur; sic Cornelij Celsi tempestate quaedam ex naturalibus partibus carne prolapsa, & arente intra paucas horas exspirauit, ut nobilissimi medici neq. genus mali, neq. remedium inuenerint. Sic Tiberium Imperatorem omnium primum Coli dolorem expertum accepimus, nisi ueteres sub alio nomine illum cognouisse tueamur: ut ipse Hippocratē sub Ilei doloris nomine comprehendisse reor. Sic Plinij aetate mentagra, stomachace, & sceltyrbis aegritudines nostro orbi aduenae natae sunt: sic multis olim circa mare rubrum aegrotantibus dracunculi quidā, ut Agatarchides in eius maris tractatu retulit, parui crura atq. brachia edentes apparuerunt, qui quamprimum tangebantur illico refugiebant, musculosisq. partibus sese includentes intolerabiles inflammationes, cruciatusue pariebant, quod genus morbi se ab alijs audiuisse, sed neq. naturam eius, neq. generationis rationem cognouisse fatetur Galenus. Sic quidam ab urinae difficultate multo tempore detentus tandem paleam hordeaceam internodia

[Margin notes: Epist. 96. / 8 Sympos. proh. ix. / Cap. 171. / Lib. 2. cap 162. / In proh. / Lib 25. cap. 3. / 6. de locis affect. — Section letters: D, E, F]

A nodia habentem minxit. sic Ephebus Athenis serpentem pusillum pilosum & plurimis pedibus statim ambulantem multo cum semine eiecit: sic Timonis Auiam duobus singulorum annorum mensibus in Cilicia delituisse in cauernis, solaq. respiratione, quod uiueret, cognitam esse traditur: sic in Melonijs signum cuiusdam affectionis hepaticae descriptum est, qua quicumque occupabantur, domesticos mures diligenter obseruabant, ac prosequebantur. sic Crateri medici seruus, referente Porphyrio, nouo quodam morbo captus fuit, ita ut carnes eius ab ossibus abscederent: sic temporibus nostris exsecranda illa gallica, & paene exitialis lues uniuersas regiones uexare coepit: ut nullo pacto illud, quod uel posteriorum hominum culpa, uel fortuna aut Deo ita uolente contigit, Hippocrati crimen afferre debeat, a quo cum duae iam praedictae medicinae partes ad summam perfectionem prouectae fuerint, diuinis
B eius manibus immortales semper habendae sunt gratiae. Ampliusq. illud aeternae memoriae mandandum, quod ambae medicinae partes sicuti diuersae re uera sunt, pariter uaria nomina habuerunt, alteraq. προφυλακτικὴ, siue ὑγιεινὴ, altera θεραπευτικὴ nuncupata fuit, uocabulis quidem his tum ab opere, tum a re circa quam uersantur, acceptis, quae quoniam sapienter, atque uere depromptae fuerunt, nullam umquam apud ullos mutationem susceperunt: quemadmodum etiam usq. ad posteriora tempora haec inueterata permansit inter medicos consuetudo, ut omnes duas medicinae partes primarias efficiant, alteram curatiuam, alteram conseruatiuam nuncupantes, quas ob id communi medicinae nomine plerumq. comprehendunt; quoniam curatiua, quae primo ob maiorem necessitatem inuenta fuit, id nomen adepta est, quod
C conseruatiua quoque ei postremo adiuncta non modo obtinuit, uerum etiam apud nonnullos tantam auctoritatem acquisiuit, ut iudicauerint hanc solam medicinam ueram appellari debere: illam incertam, falsam, meramue hominum alios decipere studentium imposturam exsistere, nempe quae nudis coniecturis, infimisq. argumentis primò ad cognoscendos morbos utatur: deinde in ea fere omnes fortuita remedia, incognitaq. medicamenta, ut plurimum adhibeant, & demum tam in iudicando, quam in curando non raro fallantur, quos tamen in grauissimo errore uersari facillime cognoscent, quicumq. humanas calamitates, morborumq. incommoditates, quales forent, ni curatrix medicina succurreret, aequo animo aestimare uoluerint: ut non absq. summa ratione Iulianus Imperator hanc pro medicis legem promulgasse uideatur.

Libro I. de abstinētia ab aīalib⁹.

In Epistol. graecis uariorum.

ΤΗΝ ἰατρικὴν ἐπιστήμην σωτηριώδη τοῖς ἀνθρώποις τυγχάνειν, τὸ ἐναργὲς τῆς χρείας μαρτυρεῖ. διὸ καὶ ταύτην ἐξ οὐρανοῦ πεφοιτηκέναι δικαίως φιλοσόφων παῖδες κηρύττουσιν. τὸ γὰρ ἀσθενὲς τῆς ἡμετέρας φύσεως, καὶ τὰ τῶν ἐπισυμβαινόντων ἀρρωστημάτων, ἐπανορθοῦται διὰ ταύτης. καὶ γὰρ κατὰ τὸν τοῦ δικαίου λογισμὸν συνῳδὰ τοῖς ἄνωθεν βασιλεῦσι θεσπίζοντες, ἡμετέρᾳ φιλανθρωπίᾳ κελεύομεν, τῶν βουλευτικῶν λειτουργημάτων ἀνενοχλήτους ὑμᾶς ἐν τοῖς λοιποῖς χρόνοις διάγειν. id est: D

Medicinae scientiam hominibus salutiferam esse, patens eius usus attestatur, & ideo hanc e caelo delapsam philosophi merito praedicant, siquidem cum naturae nostrae imbecillitas, tum morbi quotidie incidentes per hanc corrigantur. Itaq. nos secundum iustitiae rationem superioribus regibus consona obseruari praecipientes, humanitate nostra mandamus uos in reliquis temporibus E ab omnibus curialibus ministerijs immunes uiuere.

De conseruatiuae partibus, & quid tractandum. *Cap. II.*

CVM igitur duae sint medicinae partes, una curatiua, altera conseruatiua, aut ὑγιεινὴ nuncupata; Postrema haec ab aliquibus in tres partes diuisa fuit, in προφυλακτικὴν, morbos futuros, & imminentes auertentem: συντηρητικὴν, quae praesentem sanitatem tuetur: & ἀναληπτικὴν, a qua ualetudinarij reficiuntur: omnes autem istae, quamuis ultimo, sicuti demonstrauimus, fuerint inuentae, nihilominus & ipsae tantum multorum hominum additamentis splendorem acquisiuerunt, quantum uix primi illi inuentores optare ausi forent, F tum ob copiam eorum, quae huic parti conseruatiuae adserta sunt, tum ob incredibilem utilitatem, quam non minus anteactis temporibus, quam nunc praestare uisa est: Ea porro, quae ad hanc partem constituendam a medicis excogitata atque ordinata sunt, quattuor nominibus comprehenduntur. quorum singula uarias ac multiplices res sub se complectuntur. tot namq. praesidijs bonam ualetudinem conseruari posse, a Galeno, ac alijs medicinae auctoribus concorditer decretum fuit. Illa uero sunt τὰ προσφερόμενα, τὰ κενούμενα, τὰ ἔξωθεν προσπίπτοντα, καὶ τὰ ποιούμενα. Quae enim exhibentur potulentis atq. esculentis siue ciborum siue remediorum usum habeant, finiuntur. Quae exinanitioni subsunt, sudoribus, stercoribus, sputis, urinis, & alijs omnibus similibus continentur. Extrinsecus accidentia aqua, aere, salsugine, mari, oleo, & huiuscemodi

A iuſcemodi conſtituuntur. Agenda uero exercitationibus, ſtudijs, uigilijs, ſomno, uenere, ira, cura, lotionibus, ceterisq. eiuſdem generis comprehenduntur; unde nulla res eſt, nullumue auxilium, quod ad ſanitatem defendendam conducat, quin ſub aliquo praedictorum quattuor generum, quae totam conſeruatoriam artem quantitate, qualitate, & occaſione conuenientibus perficiunt, concludatur. Sed quoniam de omnibus fere tum ab antiquioribus, tum a recentioribus copioſe ſatis tractatum eſt: de gymnaſijs autem ſiue exercitationibus, a quibus ars gymnaſtica apud ueteres ualde celebris conſtituta, & denominata fuit, aut nulla, aut quampaucisſima, & fortuito, confuſeq. tradita reperiuntur; ideo de his, deq. gymnaſtica arte a Latinis exercitatoria dicta integram, & forſan ab alio numquam abſolutam tractationem habere decreui, eo magis B quod Galenus hanc haud ignobiliſſimam conſeruatoriae facultatis partem eſſe ſcriptum reliquit: omnesq. fere teſtantur exercitationum artem, & ad auertendos futuros morbos, & ad cuſtodiendam praeſentem ſanitatem, & ad ualetudinarios reficiendos, (quae tres partes uniuerſam conſeruatoriam efficiunt) incredibilem utilitatem afferre; ut etiam nos uberrime demonſtraturi ſumus, ubi haec omnia diſtincte ſimul, atque copioſe, prout res ipſa poſtulabit, in hiſce libris declarabimus. Primo, quid ſit gymnaſtica ipſa, quomodo, & quando inuenta, aucta, & perfecta, quot eius ſpecies: deinde, quid exercitatio, quot genera, & quomodo ab antiquis efficerentur: poſtremo, quid ſit illa qualitas, quantitas, & occaſio, quibus haec ars tantopere bonae ualetudini conſeruandae conferat: demum, quae commoditates, quaeue damna ab unoC quoq. exercitationum genere gymnaſticae ſtudioſis exſpectanda ſint: quibus omnibus diligenter explicatis nil relictum iri debere ſpero, quod in huiuſmodi tractatione deſiderari poſſit: quam ideo uehementius omnes ualetudinis ſtudioſos amplexuros eſſe auguror, quoniam haec pars a nobis tractanda curatiuam partem tanto excellere uidetur, quanto medicamenta ipſa ab exercitationibus ſuperantur; de quibus Galenus, atque Auicenna celebratiſſimi medicinae ſcriptores ita prodiderunt, exercitationes tum excrementa ſoluere, tum per ſudoris meatus eijcere poſſe; tantoq. tam cibis quam medicamentis attenuantibus praeſtare, quanto ſatius eſt nullo corporis noſtri incommodo exigi, quae redundant, quam pariter & carne liquāda, & ſolidis extenuandis: haec namq. incommoda calidis attenuantibusq. medicamentis aſſociantur: exercitationes uero tantum abeſt ut aliquid tale ſequatur, ut potius firmitas

2. de tu. ual. 3. Primi. doc. 3. ca. 1.

A iiij quae-

quaedam membris accedat, cum & naturalis ipse calor accenditur, D
& ex partium inter se attritu soliditas quaedam ac δυσπάθεια comparatur: Iccirco non immerito Athenienses Apollini gymnasium siue exercitationem consecrarunt, significantes, quemadmodum auctor est Plutarchus, ab eo Deo, qui sanitatem nobis largitur, etiam bonum habitum, & robur donari: Neque etiam inconsulto fecit Cyrus, qui apud Xenophontem tantopere exercitationes, laboresq. corporis aestimauit, ut Persis, quos recte instituere semper studuerat, quasi legem dederit, ne ipsi umquam sine labore cibum caperent, ratus ualetudini, atque fortitudini perinde exercitationes necessarias esse, ac cibum, quas illud humanis corporibus praestare dicebat Solon apud Lucianum, quod ij, qui uentilando purgant triticum, paleas, ac spicas inanes flatu propellentes, purum autem fructum separantes & accumulantes. Etenim Diogenes E
apud Stobaeum dicebat, Medeam sapientem, non ueneficam fuisse, quae acceptis mollibus, & effeminatis hominum corporibus, confirmabat ipsa gymnasijs, ac exercitationibus, & robusta, uigentiaq. reddebat. Vnde fama emanauit, quod coquendo carnes in iuuentutem restitueret.

viij. Symp. prob. 4.

Lib. viij. de Cyri Paedia.

In Anacharsi.

nota de Medea

Quid sit Gymnastica, & quotuplex. *Cap. III.*


VATTVOR itaque existentibus illis, quibus tota conseruandae sanitatis facultas completur, exercitatoriam quartae partis quandam partem esse nemo sanus negarit: quandoquidem si exercitationes sub agendis inter multa alia collocantur, quae pro quarta conseruatoriae parte a nobis declarata sunt, gymnasticam, quae de exercitationibus tota est, ad eam pertinere rationi consentaneum est: & F
proinde negare nemo potest, quin ad eum, qui medicinam profitetur contra Erasistratum, & alios gymnasticam a medicina seiungentes, illam cognoscere spectet, eo praesertim quod ab Hippocrate, Platone, & Galeno crebro scriptum reperitur, exercitationes, tot atque tanta ad uitam sanam traducendam bona praestare, quot & quanta uix ulla alia medicinae instrumenta praestant. Quod si Hippocrates in lib. de Locis in homine scripsit Gymnasticam, & medicinam contrarias esse, quoniam altera permutatione opus habet, altera non, de sola ea medicinae parte sermonem habuit, quae in medendis decumbentibus clinice a posterioribus uocata solum uersatur. Plato etiam, atque Plutarchus quando dixerunt

A runt duas esse circa corpus humanum uersantes artes, medicinam, & gymnasticam, non ob id, quemadmodum Erasistratus & Sectatores, illas seiunxerunt, sed communem hominum loquendi usum secuti sunt, qui, quoniam posterius gymnastica medicina inuenta, eiq. adnexa est, eas diuersas nulla alia ratione ducti efficiebant. Ceterum quid sit haec ars exercitatoria gymnastica graeco nomine nuncupata, ab eius definitione; siue descriptione petere debemus, quam etsi luculenter explicatam apud Platonem habeamus, a nullo tamen alio, quam a Galeno nostro eam & breuius, & lucidius declaratam credo, ubi ita dixit: ἡ τέχνη γυμναστικὴ ἐστὶν ἐπιστήμη τῆς ἐν πᾶσι γυμνασίοις δυνάμεως: hoc est, Quod gymnastica est quae omnium exercitationum facultates nouit, aut potius, Quod gymnastica ars est scientia potentiae omnium exercitationum. Quo in B loco animaduertendum est, Galenum scientiam non proprie, sed communiter, ut plerumque auctores solent, accepisse, propterea quod gymnastica cum pro fine opus habeat, & scientiae nullum opus considerent, necessario a uera scientia excluditur; quamuis alioqui caussas exercitationis uirium saepissime contempletur: est insuper animaduertendum, Galenum hac definitione gymnasticam a paedotribica distinxisse, quoniam illa tamquam imperatrix & exercitationũ qualitates omnes, & earũ caussas speculatur, imperatque, haec ueluti ministra illius exsistit, perinde ac gymnasta erat, qui omnium exercitationum potentias probe noscebat, easq., prout sanitati, & bono habitui expedire iudicabat, diuersis hominibus imperabat: paedotriba uero, qui eas, quomodo fieri deberent, & possent, re ipsa demonstrabat: atque hoc aenigmatice explicauit Polybus sub his uerbis: παιδοτρίβαι τοῖον διδάσκουσι παρανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν, κλέπτειν, ἁρπάζειν, βιάζεσθαι, τὰ κάλλιστα, καὶ αἴσχιστα: id est: Paedotribae hoc C edocent praeuaricari secundum leges, iniuriam facere iuste, decipere, furari, rapere, uim inferre honestissime, & turpissime. Nam si quis luctatorũ, & aliorum, qui a paedotribis edocebantur, actiones aestimet, liquido conspiciet ualde ijs assimilari, quae a Polybo scripta sunt, sicq. gymnastam, & paedotribam non parum dissimiles fuisse: uerumtamen, cum interdum unus utriusq. munus impleret, non immerito existimauerunt aliqui has duas artes unam, atq. eandem esse, ueluti nonnumquam idem & militis, & Imperatoris officio perfungitur; attamen Galenus eas esse distinctas uoluit, dum gymnasticam uocari respectu habito ad solam exercitationis qualitatum notitiam, quae operatione ipsa nobilior est; paedotribicam

Plat i Timaeo 496

In lib. ad Thras.

In primo de dieta.

cam dici ob actum ipsum exercendi, utpote ignobiliorem contendit, haud aliter ac si dixisset alteram harum speculatiuam, ac arbitram, & iudicem; alteram practicam esse, quae omnes interdum una gymnasticae appellatione a materia, circa quam uersantur, ut pharmaceutica, suscepta uocarentur; sicuti speculatiua, & practica medicinae partes uno medicinae nomine saepenumero appellantur. sed quod uere, sicuti declarauimus, gymnastica talis sit, gymnastaq. & paedotriba differrent, Aristotelis testimonio quoq. comprobare licet, qui in principio quarti Politicorum hoc scriptum reliquit: Ἐν πάσαις ταῖς τέχναις μὴ κατὰ μόριον γινομέναις, ἀλλὰ περὶ γένος ἕν τι τελείαις οὔσαις μιᾶς ἐστι θεωρῆσαι τὸ περὶ ἕκαστον γένος ἁρμόττον, οἷον ἄσκησις σώματι ποία τε ποίῳ συμφέρει, καὶ τίς ἀρίστη (τῷ γὰρ κάλλιστα πεφυκότι καὶ κεχορηγημένῳ, τὴν ἀρίστην ἀναγκαῖον ἁρμόττειν) καὶ τίς πλείστοις, μία πᾶσι, καὶ γὰρ τοῦτο τῆς γυμναστικῆς ἐστι: ἔτι δ᾽ ἐάν τις μὴ τῆς ἱκνουμένης ἐπιθυμεῖ, μήθ᾽ ἕξεως, μήτ᾽ ἐπιστήμης τῶν περὶ τὴν ἀγωνίαν, μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου, καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν: idest: In cunctis artibus, & scientijs, quae non circa partem, sed circa genus aliquod perfecte exsistunt, unius est considerare, quid cuiq. conueniat generi: ceu exercitatio corporis qualis quali conueniat, & quae sit optima: (optime enim natura disposito, & cui omnia suppeditant, optimam conuenire necessarium est) & quae plurimis una omnibus. Etenim hoc gymnasticae est: Praeterea uero, si quis non exactum illum cupiat habitum, & scientiam circa certamina, nihilominus paedotribae, & gymnastici est hãc potentiam praeparare. Quibus uerbis clare satis patet, tum ab Aristotele gymnasticam nuncupari scientiam eo ferme pacto, quo a Galeno: tum etiam gymnastam a paedotriba distingui. At ne illos, qui utramque sub uno gymnasticae nomine intelligunt, definitio lateat, quae utriusque uim simul explanet, ita dicere poterimus, Artem gymnasticam esse facultatem quandam omnium exercitationum facultates contemplantem, eorumq. uarietates opere ipso edocentem, uel gratia bonae ualetudinis conseruandae, uel gratia optimi corporis habitus acquirendi, atque tuendi. Dixi huius artis talem esse finem, non solum ut plenam atque perfectam, quantum fieri potest, definitionem redderem, uerum etiam ut hanc scientiam ab alijs, quae similem formam obtinent, differentem ostenderem: Nam ludi omnes antiquorum, tam Graecorum, quam Romanorum, necnon etiam tota athletica ipsa, atq. exercitationes gratia belli factae circa omnes fere exercitationes

uersan-

A uersantur, circa quas gymnastica medica, ut in sequentibus sum demonstraturus, quando in singulis exercitationum generibus declarandis quomodo in unaquaque gymnastica locum habuerint separatim planum faciam: nihilominus magnopere inter se discrepant, caussaq. talis differẽtiae nulla alia exsistit praeter finem singularum, quo fine omnes facultates distingui scripsit Aristoteles: Nam ludorum finis erat religio quaedam, qua Antiqui opinabantur sese Dijs rem gratam illis ludis tamquam promissam facturos: erat quoque populi uoluptas, cui maxime & Respub. & Reges, ac Imperatores studebant, quo homines uoluptate demulsi in officio continerentur: unde ludorum exercitatoribus tantum honorem tributum esse scribit Plinius, ut, dum eos inirent, semper assurgi, etiam ab Senatu, in more esset, necnon sedendi ius in proximo Senatui, atque uacatio munerum omnium ipsis, patribusq. & auis paternis, quod tamen seruis, quando illi similes ludos inibant, concessum fuisse minime credo. De his uero ludis quicumq. aliquid cognoscere optauerit, librum Onuphrij Panuini Veronensis habebit, qui omnium diligentissime, ut est ipse omnium saeculi nostri in historijs longe uersatissimus, hanc materiam tractauit. Athletica finem habuit robur, ut illius ui posset athleta aduersarium superare, & coronam praemiaq. proposita consequi: quamuis etiam apud Graecos, & Latinos nonnumquam athletae uocati sunt, tam illi qui in ludis, quam qui extra ludos praemij gratia certabant, quos omnes sub nomine uitiosae gymnasticae (de qua inferius loquemur) Galenus complexus est: Ceterum qui gratia belli exercitationes praedictas obibant, id non ob aliud agebant, nisi quo agilitatem, ac peritiam compararent, quibus postea, cum oportebat, hostes in pugna uincere possent: atque harum exercitationum disciplina usque adeo seuera apud maiores seruabatur, ut eius doctores duplicibus, quod scribit Vegetius, remunerarentur annonis; & qui parum in illa profecissent milites, pro frumento hordeum cogerentur accipere, nec ante eis in tritico redderetur annona, quam sub praesentia praefecti tribunorum, uel principum experimentis datis ostendissent se omnes militiae exercitationes complesse. Ex quibus omnibus manifestum est gymnasticam nostram a praedictis differentem esse, & ideo summa cum ratione a nobis in illius definitione positum finem fuisse, qui est gratia sanitatis tuendae, & boni corporis habitus comparandi. Quod uero exercitationum omnium tres praedicti fines, a quibus tria gymnasticae genera orta sunt, apud ueteres exstiterint, atque

Lib. xvi. cap. 4.

Lib. i. de re mili ca. 13.

omnes

omnes in unum publicae felicitatis finem relati sint, abunde declarauit Solon apud Lucianum in Anacharsi dialogo: qua una illius oratione, tota haec sententia nostra haberi rata mereretur, nisi Platonis & aliorum inferius explicanda testimonia accederent. D

De Gymnasticae subiecto, & eius laudibus. Cap. IV.



Vm iam gymnasticam, quid sit, satis (ni fallor) explicuerimus: eamq. ab affinibus facultatibus seiunxerimus: reliquum est, subiectum illius, quale sit, considerare: nam sicuti nulla reperitur ars, siue illa sit architectonica, siue ei subiecta, quae finem operationum suarum aliquem non habeat, pariter nulla est, cuius subiectum aliquod non liceat proprium assignare, circa quod tota illius operatio uersetur: & quamuis idem subiectum saepenumero plurium artium esse uideatur, si tamen res exacte perpendatur, cunctarum subiecta artium finibus ipsis inter se distingui apparebit, eo quod idem sane aliquo pacto, sed sub uarijs condicionibus, atq. proprietatibus ab unaquaque consideratur: ita namq. fit, ut corpus humanum, quod pluribus artibus, atque disciplinis re uera subijcitur, tali pacto ab una consideretur, quod non ab alia: siquidem, prout naturale, atque mobile exsistit, Physicus illud contemplatur: prout sanitatis, uel morbi capax, Medico subijcitur: prout ἔυεκτον, idest boni habitus susceptibile, a gymnastica, siue conseruatoria, quae medicinae subijcitur, & de qua nobis futurus est sermo, consideratur. Corpus itaque humanum quatenus bonum habitum recipere, eumq. & sanitatem conseruare in seipso natum est, gymnasticae subiectum esse definimus, quemadmodum etiam Galenus in libello illo ad Thrasybulum scripto luculentissime declarauit: neq. propter hoc inferendum est, illum sibi ipsi contraria dicere, cum alias gymnasticam a medicina seiungi debere uoluerit, propterea quod uoluit, gymnasticam medicinae quidem partem esse, ita tamen, ut, ueluti pars a suo toto aliquo modo seiungitur, similiter gymnastica a medicina distinguatur: medicina enim sanitatem, atq. morbum in corpore humano considerans, alterum expellere, alteram comparare, & conseruare nititur: at gymnastica in corpore sano bonum habitum generare, eumq. tamquam sanitatis uel partem, uel caussam conseruantem retinere conatur: & ob id tanta fuit apud ueteres huius existimatio, ut Plato, atque Aristoteles (ne alios quamplures recenseam) eam rempub. haud optimam esse posse censuerint,

E

F

A censuerint, in qua talis ars desideraretur, nec immerito quidem, quoniam si animi semper habenda est cura, neque ille absque corporis auxilio quidquam graue, aut dignum efficere ualet: ita profecto studendum est corporis salubritati, bonoque habitui, ut & animo inseruire, & eius operationes nequaquam impedire, sed adiuuare possit: propter quod in Protagora Plato eum esse claudum appellandum dixit, qui solum animum exercens, corpus ignauia atq. otio consumit. Quantum porro ars gymnastica ad hunc habitum adipiscendum, sanitatemq. tum conseruandam, tum etiam reparandam conferat, ut Platonis, & Aristotelis certissima testimonia praeteream, unum Galenum in medium adducam, qui infinitos prope imbecilles ad bonum habitum reuocasse, & innumeros item alios, ne in morbos laberentur, sola gymnastica conseruasse B gloriatus est, ut nullo pacto nobis mirandum sit, quod maiores nostri usque adeo corporis exercitationes aestimauerint, ut non tantum publica, eaque praeclarissima exercẽdis corporibus loca, qualia gymnasia, & Romanae thermae fuerunt, exstruxerint, uerumetiam in quibusuis fere priuatis aedibus exercitationibus locus aliquis in id designaretur, & quotidie in usu esset.

Quo tempore, & quo pacto coeperit gymnastica. *Cap. V.*



QVAMVIS Galenus medicorum omnium post Hippocratem princeps eius sententiae fuerit, quod gymnastica ars Homeri tempore nondum reperta esset, sed solummodo paullo ante Platonis tempora principiũ habuerit, nihilominus bello Troiano ab ipsomet Poeta descripto C semina quaedam illius iacta fuisse, quasiq. primordia eluxisse uerisimile uidetur, nisi quoque fateamur potuisse faciliter multo prius exstitisse, uerum aut non tunc temporis nominatam, neque cultam, & ad regulas, artisq. formam redactam esse, aut scriptores, qui illam ab interitu, & obliuione uindicarent, non habuisse, id quod credere non est penitus absonum, si quod alibi Galenus scriptum reliquit, uerum esse non negamus, cunctos homines ad musicam, atque gymnasticam propensos nasci; nec quidquam reperiri, quod corpus, atque animum hisce duabus magis componere, & ad bonam frugem inducere queat contra Asclepiadas iniustos omnium exercitationum & aestimatores, & damnatores: ut his rationibus gymnasticã naturalẽ homini esse, & iccirco semper exstitisse persuasum habere deceat. Porro quod Homeri tempore artis gymnasticae

Primo de tu. ualet.

sticae principia quaedam exstiterint, facile illi intelligere potuerunt, qui poetae libros lectitantes animaduerterint milites Graecos interdum disco, lucta, cursu, arcu, & alijs huiuscemodi, quae post ad gymnasticam facultatem transierunt, sese exercuisse, sicuti octauo, & uigesimotertio Odysseae frequenter legitur. Sed quomodo, & quo ordine ad hanc artem deuentum sit, licet nihil plane explicatum habeamus: coniectura tamen quadam assequi possumus ex illis, quae Plutarchus in quincto Symposiacorum prob. 3. scriptis mandauit, ubi tradit, quod certamina prius simplicia fuerunt, in quibus solum modo uictoriam, atque coronam pro fine habebant, ab his postea ad sacrificia res translata fuit, quando Deo sacra facturi, populumq. ad festa accedentem oblectaturi certamina instituebant, quae a sacrificijs demum ad gymnasia paullatim fuisse introducta existimo, quod primis illis temporibus, dum homines temperatam uitam traducerent, perpetuaq. sanitate fruerentur, illud unum studium habebant, ut ad bella peragenda, hostesq. superandos aptissimi euaderent: & propterea quando otiabantur, ne prorsus inertia consumerentur, sese illis exercitationibus detinebant, in quibus etiam uictoribus praemia ponebantur, quo & illorum uoluptate allecti, & spe praemiorum inflammati libentius, atq. accuratius ad acriter contra hostes dimicandum disponerentur: & ob id Homerus secundo Iliados in hunc modum finxit.

D

E

Λαοὶ δὲ παρὰ ῥηγμίνι θαλάσσης
Δίσκοισιν τέρποντο, καὶ αἰγανέησιν ἱέντες
Τόξοισίθ᾽:

id est: *At gentes in litore ponti*
Ludebant discis, arcus, & iacula longe
Mittentes: F

Et uigesimotertio:

Αὐτὰρ Ἀχιλλεὺς
Αὐτοῦ λάον ἔρυκεν, καὶ ἵζανεν εὐρὺν ἀγῶνα
Νηῶν δ᾽ ἔφερ᾽ ἄθλα, λέβητάς τε, τρίποδάς τε
Ἵππους θ᾽, ἡμιόνους τε, βοῶν τ᾽ ἴφθιμα κάρηνα
Ἠδὲ γυναίκας ἐϋζώνους, πολιόντε σίδηρον:

id est: *Sed Achilles:*
Illic detinuit populum, magnumq. locauit
Certamen, Nauibus haec praemia splendida promens
Scilicet & tripodas, labetesq. & fortia bouum
Cum mulis, & equis capita, & quoque corpora lumbis
Feminea accinctus, & albi pondera ferri.

A Ex quibus & sequentibus omnibus satis perspicuum est, primis illis saeculis exercitationum finem fuisse tum delectationem quandam, & praemia consequendi spem, tum ad bellorum, hostiumq. uictoriam obtinendam agilitatem, atque peritiam. Post ea tempora cum Deorum cultus, & sacrificiorum celebrationes excrescere coepissent, ut homines ad illas confluentes alacrius, & libentius cō currerent, hae exercitationes in Deorum celebritatibus institutae sunt, ubi & Dijs, & hominibus gratae reputabantur, fiebantq., & ne exercitatores desiderarentur, praemia, quae homines ad quiduis audendum incitare solent, statuebantur ipsis certaminibus optatiora, atque praestantiora, sicut innuit Aristoteles: in his exercitationibus. quoniam homines praemiorū gratia dumtaxat certabant, quae ἆθλα Graecis dicuntur, exercitatores ἀθληταὶ nuncu- In 3 partic. prob. 8.
B pati fuerūt, qui & ab Atticis ἀσκηταὶ, ut Erotianus tradit, & a Latinis Athletae, apud quos certamen ipsum ludi nomen obtinuit, quod non solum in Deorum festis, uerumetiam in Amphiteatris, & ante amphiteatra instituta in foro, in priuatis locis ad populum oblectandum huiuscemodi certamina peragebantur, sicuti quoque & apud Graecos ἆθλοι. Nam Olympia Pisis, siue Elidie, & Nemea apud Cleonas: Isthmia in Isthmo ipso, Pythia Delphis apud eos talia fuerūt, quales apud Romanos ludi Capitolini, saeculares, & alij huiuscemodi, in quibus omnibus praeter praemia, ita etiam uictoribus magni honores constituebantur, uti non modo in conuentu stantes cum palma & corona laudes ferrent: sed etiam (utor Vitruuij oratione) cum reuerterentur in suas ciuitates cum uictoria triumphantes quadrigis in moenia, & in patrias inueherentur,
C aereq. pub. perpetua uota constitutis uectigalibus fruerentur: at de his cum non sit nobis loquendum, ad rem nostram reuertamur. Dum itaque uita hominum parca fuit, hi soli exercitationum fines exstitere: uerum enimuero crescente luxu, multisq. a longa ualetudine detentis tandem ad reparandam sanitatem, & imbecillitatem curandam, bonumque habitum comparandum exercitationes institui coeptae sunt, quod fuit paullo ante Hippocratis actatem, quando Herodicus ille (ut scribit Plato) gymnasticam, quae Tertio de repub. prius in sacrificijs, atque ludis, necnon in bellicis exercitationibus solum auctoritatem, atque locum habebat, medicinae adiunxit: quod mea sententia nil aliud fuit, nisi certamina illa & exercitationes, quae solum pro coronis & praemijs ac militari disciplina assequendis, necnon pro Dijs placandis & hominibus delectandis in usu erant, ad sanitatis conseruandae, & boni habitus cquirendi finem

finem traducere, quas postea exercitationes cum primi illi, atque D etiam posteriores gymnastae a medicis & philosophis, ut uerisimile est, moniti mirum in modum corporibus conferre didicissent, alia moderantes, alia addentes, necnon a publicis ad particulares, & propria loca transferentes, tandem regulis quibusdam praeceptis, ac terminis concluserunt, atque ita artem totam pepererunt γυμναστικὴν uocatam ἀπὸ τοῦ γυμνάζεσθαι, idest, ab exercendo, quasi nullus alius finis esset, quam ob habitum corporis bonum obtinendum exerceri. Quamobrem ex his clarum factum arbitror quomodo ars gymnastica principium, incrementa, & statum, necnon quo tempore susceperit. Siquidem primum in bello Troiano dum milites Graeci in arenam ex nauibus descendentes (unde post emanasse prouerbium In arenam descendere opinor) inter se certantes ad bellum exercebantur tunc apparere coepit, artisq. E agonisticae, & gymnicae nomen etiam accepit. Postea ad sacrificia & hominum uoluptates traducta non modo praedicta nomina retinuit: sed etiam athleticae appellationem consecuta est, & apud Galenum uitiosa gymnastica nominata fuit. Demum ad gymnasia, & certos locos pro pueris edocendis pro omnium sanitate tuenda, ac pro bono habitu parando traducta, & sub normis conclusa gymnasticae uere nomen promeruit, quod ante Plauti tempora fuit, apud quem Atticus ille iuuenis Philolaches ita loquitur: Cor dolet mihi, quem scio nunc ut sum, atque ut fui olim, quo neque industrior de iuuentute erat arte gymnastica, disco, hastis, pila, cursu, armis, equo. Verum enimuero haec ars (ut testatum reliquit Marcus Varro) apud Graecos solum in usu uiguit, quamdiu rura colentes Romani & cultura foecundissimos agros F habuerunt, & ipsi ualetudine firmiores exstiterunt: sed postquam crescente desidia in opidis otiari, quam ruri laborare maluerunt, Graecorum urbana gymnasia ita frequentissima extulerunt, ut idem Varro conquestus sit suo tempore uix singula satis fuisse, quae profecto, dum Roma sub Imperatoribus floruit, omnium maxima & speciosissima fuerant: at deinceps Romano Imperio declinante, ceterisq. in peius ruentibus una etiam destructa fuerunt, & simul cum ipsis ars non paruam iacturam passa fuit, quam a Varronis temporibus usque ad Imperij Romani inclinationem in frequentissimo usu habitam fuisse quisq. intelligere potest, qui omnes medicos ea eatate Romae aestimatos passim in morbis curandis & sanis conseruandis exercitatoriam artem adhibuisse ab eorum, quae supersunt, scriptis obseruarit, aut qui Plutarchum omnes

Vitiosa Gymnastica

In secundo de re rusti. in prooe.

A omnes sua aetate exercitationibus occupatos fuisse scribentē lectitarit, quamquam Plinius non omnes exercitationes tunc honesti usus gratia inuectas fuisse, sed nonnullas & peregrinas praesertim ad exercitandam sitim quaesitas esse praedicat. Itaque valde alucinatum fuisse Budaeum puto, qui in suis ad Pandectas adnotationibus Romanos gymnasiorum, & palaestrae exercitamentis minime usos, nulla firma ratione probat.

Lib 3. Sympo. prob. 6 Lib. xiiij. cap. 22.

De Gymnasijs Antiquorum. Cap. VI.

Gymnasticam, siue exercitatoriam in certis locis fieri solitam, quoniam supra statuimus, rationi modo consentaneum est, quid loca ipsa, & qualia forent, planum facere. Nam loca illa nil aliud fuisse, quam gymnasia nuncupata, ex multis, & praesertim ex uerbis Galeni in secundo de tu. ual. scriptis manifesto comprobatur, ubi narrat gymnasium fuisse publicum in separata urbis regione locum exstructum, in quo ungebantur, fricabantur, luctabantur, discum iactabant, aut tale quippiam factitabant, quae loca ita nuncupata fuerunt, quoniam exercitatores ibi, ut plurimum denudabantur. γυμνάζεσθαι enim antiquissima uox etiam denudari significare uidetur, unde Martialis libro tertio.

B

Gymnasium, Thermae, stadium est hac parte, recede
Exsuimur, nudos parce uidere uiros.

Quamuis etiam quandoq. sub nomine gymnasij omnem locum, ubi exercerentur, comprehensum fuisse reperiatur: sicut postea

C haec uox ad alia quoque translata est, quemadmodum apud Iosephum uidere licet, qui in libris de bello Iudaico balnea aliquando gymnasia nuncupata esse demonstrat, ubi de Herode ita loquitur. Namque apud Tripolim, & Damascum, & Ptolemaidem pu- »
blicas balneas, quae gymnasia dicuntur, Biblide autem exedras »
porticus condidit. Haec loca a Vitruuio, Celso, Plinio, atque alijs »
Latinae linguae auctoribus palaestras nuncupari inuenio: Vnde etiam conijcio Vitruuij tempestate in Italia, uel raras admodum, uel nullas exstitisse palaestras, siue gymnasia, quandoquidem is libro architecturae earum aedificationes traditurus Italicae consuetudinis non fuisse praedicit: Nam qui primi gymnasia exaedificasse creduntur, fuerunt Graeci, si credendum est Soloni apud Lucianum, & M. Tullio Ciceroni, qui in secundo de Oratore scribit, gymnasia delectationis, & exercitationis gratia ab ipsis primum

instituta fuisse. Inter Graecos autem primi exstiterunt Lacedaemones, sicut Athenaeus ex Ippasi sententia, & Plato in Theaet. & primo de legibus memoriae prodiderunt quos etiam illa ipsa omnium praestantissima, atque speciosissima construxisse ex Martialis libro primo intelligere licet, ubi hos uersus habet. D

In Anach. dial.

Argiuas generatus iter urbes
Thebas carmine cantet, aut Mycenas,
Aut claram Rhodon, aut libidinosae
Ledaeas Lacedaemonis palaestras.

Quomodo uero Plato in Critia dum Athlanticam illam regiam describit, quam nouem millium annorum interuallo ab aetate sua ante floruisse narrat, ibi gymnasia exstasse scribat, qui Lacedaemonum inuentum illa facit, exacte discernere nequeo, nisi totam illam Critiae narrationem fabulosam credamus. Post Lacedaemonios Athenienses quoque sua gymnasia erexerunt, in quorum ciuitate tria exstitisse testantur Pausanias, & Suidas, alterum ἀκαδημίαν uocatum, in quo Plato philosophiam suam professus est; alterum λυκεῖον, ubi Aristoteles edocuit, quod Apollinis Lycij templum fuisse legitur apud Lucianum; alterum κυνοσαργὲς, ubi nothi, spurij, ac ignobiliores omnes exercebantur: si quidem apud Graecos tanto odio, tantaq. infamia uiles, ac spurij notabantur, ut qui uere legitimi, ac nobiles essent, cum ijs consuetudinem, aut communem sese exercendi locum habere recusarent. Praeter haec tria mentionem facit alterius, quod Canopum uocat, Philostratus in uita Herodis Attici. Dixi in ciuitate Atheniensium tria fuisse gymnasia, quod licet extra urbem essent, erant tamen haud longe aedificata, ut quae prope ualde forent ciuitati, in ea fuisse dici potuerit. In his etenim mortuos quoque sepeliendi consuetudinem Graecos habuisse scriptum est apud Ciceronem, cui Seruius se Marcellum interfectum in Academia Atheniensium nobilissimo totius orbis gymnasio sepeliuisse scribit. Quae uero Ligorius antiquitatis totius peritissimus inuenisse scribit in uestigijs Hadriani Imperatoris Tiburtinae uillae repraesentata, Athenaeum, Hermeum, Panathenaicum, minime gymnasia, ubi corpora exercerentur, fuisse puto: sed loca, in quibus aut disciplinarum, & aliarum artium studijs opera dabatur, uel festa aliqua celebrabantur, ut in Panathenaico festa Panathenaica. Corinthum quoque gymnasium habuisse Craneum uocatum, auctor est Laertius libro tertio. Romani postremi omnium gymnasia palaestras uocata in urbe ad Graecorum aemulationem Varrone auctore aedificare coeperunt:

E (beside "Post Lacedaemonios")

In Anach. dial.

F (beside "aedificata")

4. Epist. fam. epist. 12.

In libro de antiqs nominibus.

A perunt: quos tamen ceteros quoscumque tum magnificentia operum, tum inaestimabili pulchritudine in hoc genere antecessisse, ex illis Thermarum ruinis, quae ad hanc usq. diem non sine omnium stupore perdurantia conspiciuntur, facile conuincitur. ne sileam illud, quod de Neronis gymnasio scripsit Martialis lib. vij.

Quid Nerone peius?
Quid Thermis melius Neronianis?

Nam gymnasia tota aliquando Thermas ob aquae calidae usum ibi frequentem nuncupari, apud auctores Latinae linguae nemo dubitat, sicut etiam interdum Thermae significant eam gymnasij partem, in qua lauabâtur, ubi propiugeum, laconicum, & calda lauatio sitae erant, ut ex multis auctorum testimonijs, & praesertim ex Martialis uersibus nuper citatis clare perspicitur. Gymna-B sium, thermae, stadium est hac parte. His omnibus potest iam unicuique persuasum esse, quantum in errore uersatus sit (inuitus fateor) Blondus Foroliuiensis conciuis meus, qui in secundo Romae instauratae commentario thermas solum ad lauandi usus institutas fuisse scripsit. Porro ne quis forsan admiratione capiatur, quod dixerim Platonem, atque Aristotelem in gymnasijs philosophari consueuisse; scire debet in huiuscemodi locis uaria hominum genera conuenire solita fuisse, quae omnia in sequenti capite a nobis sigillatim demonstrabuntur: tanta enim erat huiuscemodi locorum capacitas, tamq. spatiosa amplitudo, ut absque ullo impedimento diuersae, ac fere innumerae exercitationes, & corporum & animorum peragi possent, quemadmodum ex Vitruuij allata descriptione perspicere quiuis mediocriter hac in re uersa-C tus poterit; quam cum in rebus plurimis diuersam ex Octauij Pantagathi viri tempestate nostra summi iudicio in prima editione tradiderimus, nunc ipsa diligentius considerata (ut semper curae posteriores esse meliores solent) castigatiorem, & omnibus Vitruuij uerbis exacte correspondentem exhibemus. ad quod agendum clarissimus Aloysius Mocenicus, Francisci filius, Ioannes Vincentius Pinellus, Melchior Guillandinus, uiri tum ob acre in cunctis iudicium, tum ob singularem eruditionem apud omnes spectatissimi, necnon Andreas Palladius priscae totius architecturae peritissimus non parum adiumento nobis fuerunt. ita ut non uerear, quin hoc pacto doctis Vitruuijque scientiae studiosis probata eueniat, & quemadmodum ad hanc fere diem palaestrae ratio fuit incognita, sic in posterum clara, atq. manifesta futura sit. Immo uero, si Octauius ipse reuiuisceret, non dubito, ut erat

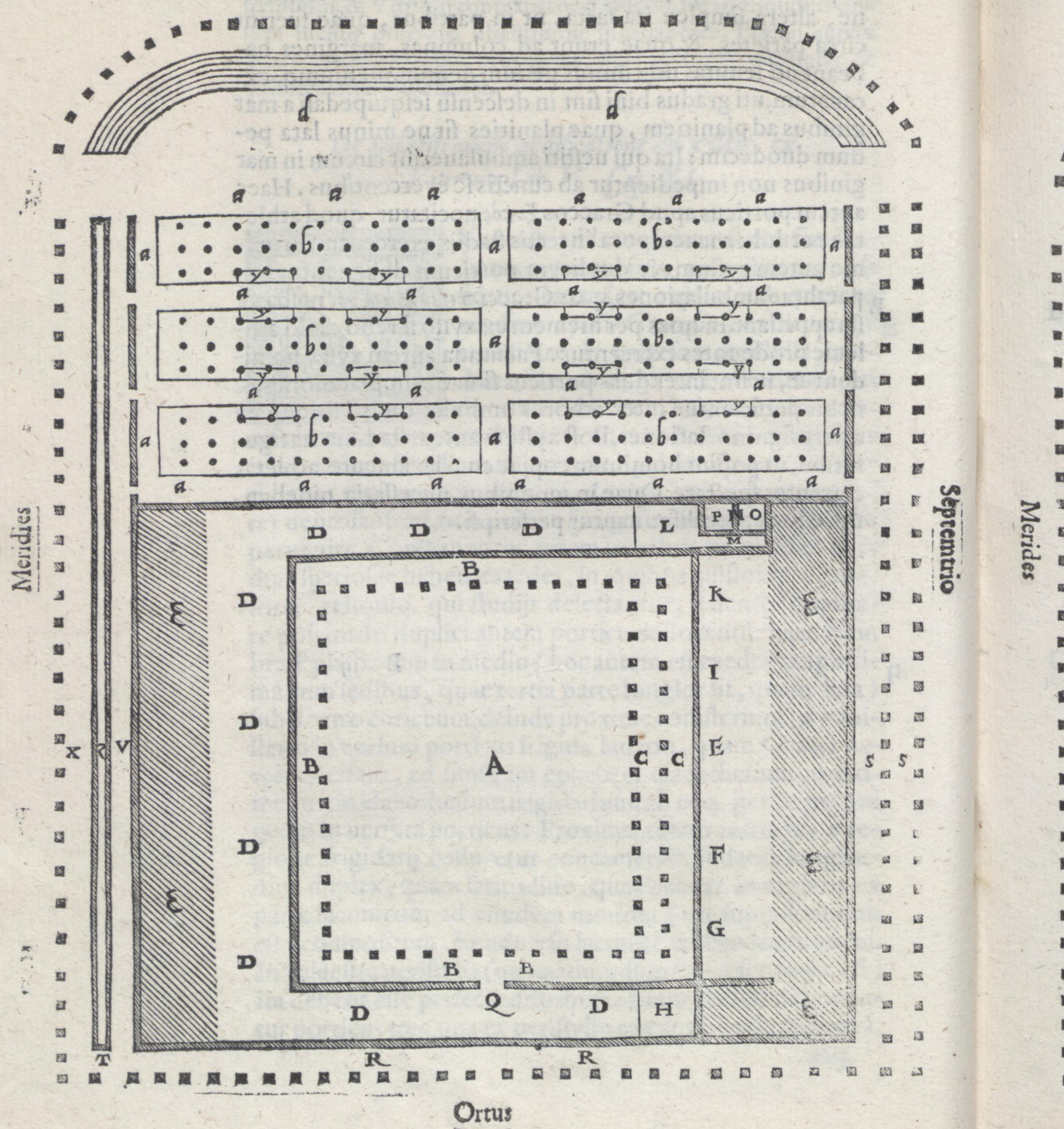
homo sanctissimus, atque doctissimus, quin etiam ipse huic descriptioni, & Vitruuij contextui non mutato, sed in aliquibus tantum melius ordinato libentissime subscriberet. Placuit autem duas eius ichnographias proponere, quia auctor & quadratas, & oblongas fieri posse docet. D

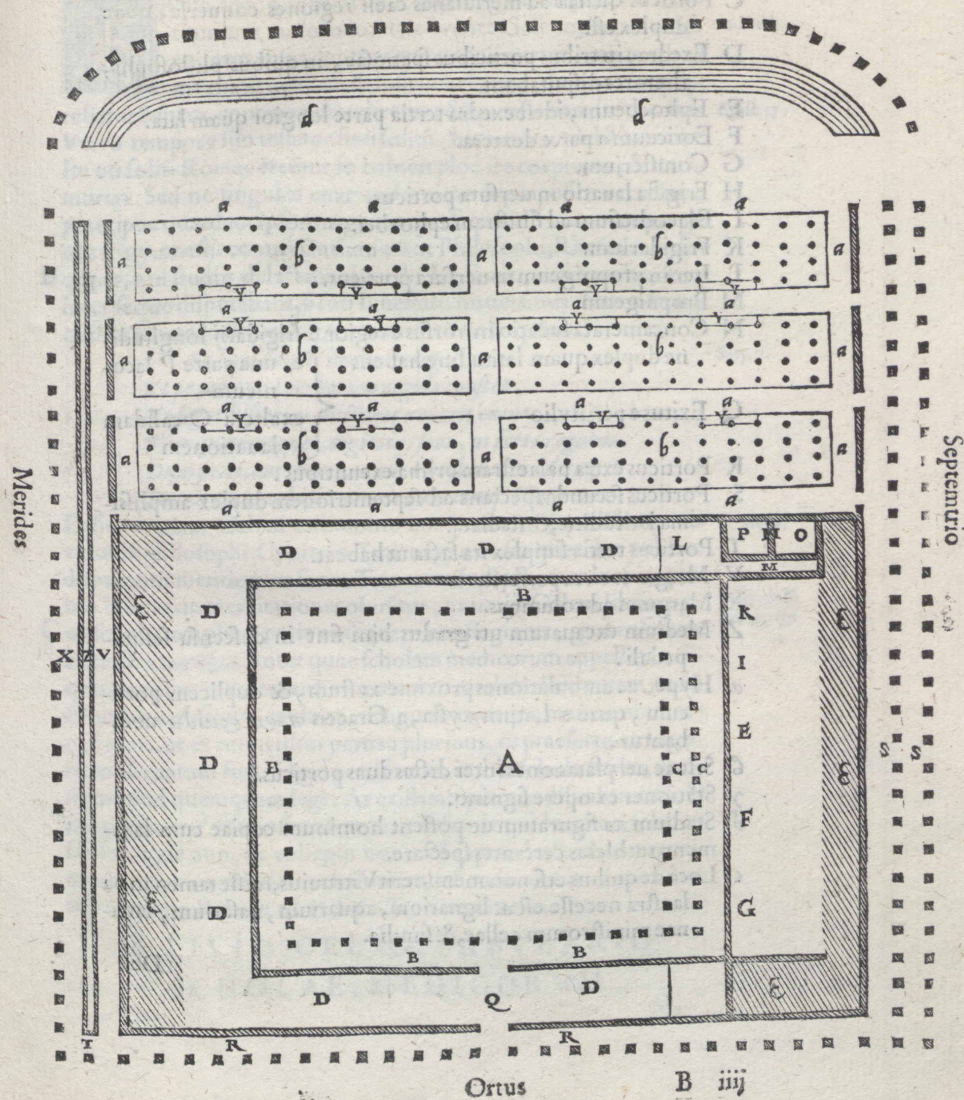
De palaestrarum aedificatione & xystis, ex Vitruuio Lib. V. Cap. XI.



Vnc mihi uidetur (tametsi non sint Italicae consuetudinis) palaestrarum aedificationes tradere explicate & quemadmodum apud Graecos constituantur monstrare. In palaestris peristylia, quadrata, siue oblonga ita sunt facienda, uti duorum stadiorum habeāt ambulationis circuitionem, quod Graeci uocant διαυλὸν. ex quibus tres porticus simplices disponantur, quartaq. quae ad meridianas regiones est conuersa duplex. uti cum tempestates uentosae sunt, non posit aspergo in interiorem partem peruenire. Constituuntur autem in tribus porticibus exedrae spatiosae habentes sedes, in quibus philosophi, rhetores, reliquiq. qui studijs delectantur, sedentesq́; disputare possint. In duplici autem porticu collocentur haec membra, Ephebaeum in medio (hoc autem est exedra amplissima cum sedibus, quae tertia parte longior sit, quam lata) sub dextro coriceum, deinde proxime conisterium, a conisterio in uersura porticus frigida lauatio, quam Graeci λουτρὸν uocitant, ad sinistram ephebaei elaeothesium, proxime autem elaeothesium frigidarium, ab eoq. iter in propnigeum in uersura porticus. Proxime autem introrsus e regione frigidarij collocetur concamerata sudatio longitudine duplex, quam latitudine, quae habeat in uersuris ex parte laconicum ad eundem modum (uti supra scriptum est) compositum. Ex aduerso laconici caldam lauationem. In palaestra peristylia (quemadmodum supra scriptum est) ita debent esse perfecte distributa. Extra autem disponantur porticus tres, una ex peristylio exeuntibus, duae dextra, E F

A atq. ſiniſtra ſtadiatae, Ex quibus una, quae ſpectauerit ad Septemtrionem, perſiciatur duplex amplisſima latitudine, altera ſimplex ita facta, ut in partibus, quae fuerint circa parietes, & quae erunt ad columnas, margines habeant uti ſemitas non minus pedum denum, mediumq. excauatum, uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali a marginibus ad planitiem, quae planities ſit ne minus lata pedum duodecim: Ita qui ueſtiti ambulauerint circum in marginibus non impedientur ab cunctis ſe exercentibus. Haec autem porticus apud Graecos ξυστὸς uocitatur, quod athletae per hiberna tempora in tectis ſtadijs exercentur. Proxime autem xyſtum, & duplicem porticum deſignentur hy-
B paethrae ambulationes, quas Graeci περιδρομίδας, noſtri xyſta appellant, in quas per hiemem ex xyſto ſereno caelo athletae prodeuntes exercentur. Faciunda autem xyſta ſic uidentur, ut ſint inter duas porticus ſiluae, aut platanones, & in his perſiciantur inter arbores ambulationes, ibique ex opere ſignino ſtationes. Poſt xyſtum autem ſtadium ita figuratum, ut poſſint hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare. Quae in moenibus neceſſaria uidebantur eſſe ut apte diſponantur perſcripſi.


Occasus
Meridies
Septemtrio
Ortus
A
B
C
D
E
F
G
H
I
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
V
X


Occasu
Septemtrio
Merides
Ortus

A Periſtylium in palaeſtra quadratum & oblongum habens ambulationis circuitionem duum ſtadiorum. D

B Tres porticus ſimplices.

C Porticus quarta ad meridianas caeli regiones conuerſa, quae duplex eſt.

D Exedrae in tribus porticibus ſpatioſae, in quibus philoſophi, rhetores diſputabant.

E Ephoebeum, ideſt exedra tertia parte longior quam lata.

F Eoriceum a parte dextera.

G Coniſterium.

H Frigida lauatio in uerſura porticus.

I Elaeotheſium ad ſiniſtram ephoebei.

K Frigidarium.

L Iter in propnigeum in uerſura porticus. E

M Propnigeum.

N Concamerata ſudatio introrſus e regione frigidarij longitudine duplex quam latitudine habens { ex una parte P laconicum / ex altera O calidam lauationem }

Q Exitus e periſtylio

R Porticus extra palaeſtram prima exeuntibus.

S Porticus ſecunda ſpectans ad ſeptemtrionem duplex ampliſsima latitudine, & ſtadiata.

T Porticus tertia ſimplex ita facta ut habeat.

V Margines circa parietes.

X Margines ad columnas.

Z Medium excauatum uti gradus bini ſint in deſcenſu ſeſquipedali. F

α Hypetrae ambulationes proxime xyſtum, & duplicem porticum, quae a Latinis xyſta, a Graecis περιδρομίδες uocabantur.

β Siluae uel platanones inter dictas duas porticus.

γ Stationes ex opere ſignino.

δ Stadium ita figuratum ut poſſent hominum copiae cum laxamento athletas certantes ſpectare.

* Loca de quibus etſi non meminerit Vitruuius, fuiſſe tamen in palaeſtra neceſſe eſt ut lignarium, aquarium, uaſarium, latrinae miniſtrorum cellae, & ſimilia.

De

A *De uarijs hominum generibus, quae in gymnasijs conueniebant. Cap. VII.*

Anta, adeoque uaria hominum in gymnasijs conuersantium erat multitudo, ut, referente Galeno, saepenumero inter ipsos contentiones exorirentur, atque etiam maximus quidam, & insuauis clamor, de quo conquerebatur Seneca, continue exaudiretur; & quem etiam in thermis Varro tempore suo testatur fieri solitũ, his uerbis apud Nonium: Ita uti soliti Romae eramus, in balneis plodere coepimus, & murmurari. Sed ne singulos enarrando nimis a proposito recedam, praecipua quaedam ipsorum genera persequar. Primum itaque genus in gymnasijs conuersantium erant Philosophi, Rhetores, reli- B quiue, qui studijs delectabantur; ibi legebant, colloquebantur, inter seque disputabant, sicuti Iuuenalis his uersibus demonstrat, quibus Rhetoris & praeceptoris condiciones exponit: 10.meth. Epist. 57. In Eurycho.

Sed uos saeuas imponite leges,
Vt praeceptori uerborum regula constet,
Vt legat historias, auctores nouerit omnes,
Tamquam ungues, digitosq. suos, ut forte rogatus
Dum petit, aut thermas, aut Phoebi balnea dicat
Nutricem Anchisae nomen, patriamq. Nouercae. Saty. 7.

Et sicuti etiam Galeni testimonio comprobatur, qui Theagenis cuiusdã philosophi Cynici in Traiani gymnasio quotidie publice disputantis mentionem facit: Tria enim fuisse Romae loca in quibus litterariae exercitationes obirẽtur, ex uarijs Galeni libris cog- C noscitur, templum pacis antequam conflagraret, gymnasia publica, & ἀκροατήρια. Inter quae scholam medicorum appellatam si quis recenseat mea sententia a uero non errabit. fuit autem ea in Esquilijs aedificata, multisq. imaginibus, atque marmoribus ornatissima, ut ex ruinis illius partis a pluribus, & praesertim a Ligorio obseruatum fuit. Quid potissimum in hac schola fieret, nondum apud quemquam legi. At existimo praeter dispositiones, & alia medicinae studiosorum exercitia simile quid tractari solitum fuisse, atque nunc in collegijs uocatis fit, quando & scholam eiusmodi proprios tabularios habuisse, ostendit marmor cum hac inscriptione Romae ad D. Sebastiani repertum. 13. Meth. In lib. de libris pprijs

M. LIVIO. CELSO. TABVLARIO
SCHOLAE. MEDICORVM.

M. LIVIVS. EVTYCHVS D
ARCHIATROS. OLL. D. II
IN. FR. PED. IIII

Alterum genus erat Adolescentes, qui ut exercitationum obseruationes, atq. modos addiscerent, ad gymnasia accedebāt, ubi a gymnastis ipsis quascumq. cupiebant exercitationes, edocebātur; Adolescentes liberos palaestrā ediscere solitos fuisse facile cōuincitur ex illis Parmenonis apud Terentiū uerbis, quibus ille Chereā sub forma Eunuchi Thaidi offerens ait, Fac periculū in litteris, fac in palaestra, in musicis, quae liberū scire aequū est adolescētem, sollertē dabo. id quod clarius infra demōstrabo. Tertiū genus erant Athletae qui ibi se exercebant, ut in publicis ludis, seu in sacris certaminibus possent & populum delectare, necnon uictoria ac praemijs potiri. & quod hoc fuerit, praeter Vitruuij auctoritatem Suetonius clarissime demonstrat dū refert Neronē quandoq. gymnasiū ingredi solitū, ut certātes athletas spectaret. Quartū genus erant omnes illi siue nobiles, siue ignobiles, qui uel militaris disciplinae, & fortitudinis, uel tuēdae sanitatis, & boni habitus cōparandi gratia uarijs exercitationū generibus incumbebant. atque inter hos Galenum nostrum numerare possumus, cum scribat se anno aetatis suae trigesimo quincto passum fuisse luxationem summi humeri in palaestra. Quinctū genus erat eorū, qui fabricabātur, licet enim frictiones fierēt a multis ante reliquas exercitationes, nihilominus multi quoq. siue ulla exercitatione seorsum ab alijs, ut de Vespasiano tradit Suetonius, solum fricabātur, quod intelligi potest ex Galeno frictionē ad exercitationes praeparatoriā a reliquis distinguēte. Sextū genus erant, qui lauabantur, atq. hi erant tū nobiles, tū ignobiliores. Hoc tamen intererat, quod diuites, atq. primates labra, & colymbithras proprias in cellis alioqui cōmunibus habebāt, ubi soli diuersis tēporibus lauabantur, multi erant qui etiā solia uel lignea, uel argentea (quod recitat Plinius) secū ferrēt, ne pedes nudos collocarēt ubi uilissimi quiq. ponebant, quāuis etiā referant nonnulli Hadrianum imperatorē lauari solitū, ubi plebs lauabatur quod & Titū Caesar. fecisse scribit Suetonius. Qui uero dumtaxat ungerentur nulli in gymnasijs reperiebantur, quoniā uel exercitationum uel balnearū gratia ungebantur. Ab his postremo omnibus non pauci spectatores (ne ministros, de quibus infra loquemur, nunc recenseam) in gymnasijs conueniebant, qui non ob aliud, nisi ad uidendos exercitatores

In Eunucho.

In 1. de artic.

2 de tu. ual.

E

F

A tatores ut pote otiosi & nullis negotijs occupati eo accedebāt. Quo in loco id etiam animaduertendum censeo, diebus festiuis gymnasia magis frequentata fuisse, quando artifices, aut alijs seruitijs detēti otiantes in illis ob remittendos labores, & uoluptatem capiundā uersabantur. An in Romanorum Thermis mulieres quoq. uersarētur, quemadmodū uiri, nil certi affirmare ausim, nisi quod Romanā maiestatē illud dedecuisse uidetur, facileq. fieri potest, ut impurae aliquae & spectandi, & ludēdi gratia, quod Iuuenalis, & Martialis innuūt, publice uersarentur in gymnasijs, necnon in locis separatis, quae ibi lauādis feminis solis exstructa essent, perinde ac in priuatis balneis honestae mulieres lauarētur tā ignobiles & mediocri loco natae, quā illustriores, cū de Poppaea Domitij Neronis uxore referat Plinius, quod ad augendū cutis candorē quingentas asinas B fetas per omnia secum trahebat, & balnearum etiam solio totum corpus illo lacte macerabat: quod intellexit Iuuenalis dum scripsit. Lib. 11. ca. 41.

aut pinguia Poppaeana.

Spirat & Sat. 6.

Incipit agnosci, atq. illo lacte fouetur

Propter quod secum comites educit asellas, in quem dealbādi corporis usum alias mulieres farinam fabaceam, alios nitrum, aphronitrumue in balneis usurpasse meminit Galenus. Atqui Spartanorum mulieres una cum uiris in palaestris exerceri se consueuisse, praeter alios, satis testatum facit Propertius libro tertio 1. de alime. fac.

Multa tuae Sparte miramur iura palaestrae,
Sed mage uirginei tot bona gymnasij,
Quod non infames exercet corpore ludos
C *Inter luctantes nuda puella uiros,*
Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,
Increpat & uersi clauis adunca trochi,
Pulnerulentaq. ad extremas stat femina metas,
Et patitur duro uulnera pancratio,
Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris
Missile nunc disci pondus in orbe rotat.

Neq. de hoc Spartanorū more quisquam mirari debet, quando & Plato in quincto de repub. grauissimis argumentis probauit ad felicem rerum publicarum statum maximopere conducere, si mulieres tam iuuenes, quam seniores una cum uiris nudae in palaestris, atq. gymnasijs exerceantur, quod an sapienter decretum fuerit, & an ad continentiam temperantiamue ex consuetudine consequendam, ut Platoni in animo erat, conferret, non est locus examinādi.

De

De Gymnasiorum diuersis partibus. Cap. IIX.

D


ITRVVIVM qui Augusti Caesaris aetate floruit, solum palaestras graecas tradidisse ex ipsius uerbis cõstat, quã do nondũ Romani Imperatores suas exstruere coeperant, quas postea exstructas sicuti in multis Graecorũ gymnasijs similes fuisse probabile est, ita pariter uerisimile fit Romanos (ut solet esse posteriorum in excolendis rebus mos) plura suis addidisse, quae uel Graecos latuerant, uel parũ ab illis aestimata fuerant: Quocirca partes gymnasiorũ magis principales explicaturus haudquaquã solas a Vitruuio significatas in medium afferã, sed illas nullo situs ordine seruato enarrabo, quas dispersim ab Auctoribus traditas inuenio, quasue rei ipsius ratio expostulare uidetur in Graecis, atq. Romanis palaestris exstitisse: quãquã Vitruuij auctoritatem numquã multi faciendã existimaui, nempe quẽ παραδοξόλογον & sua aetate minime aestimatũ puto, quod enim ab Augusto nullis egregijs Fabricis, nisi solis Balistis praefectus fuerit, quã do scilicet in urbe & extra urbem magnifica aedificia exstruebãtur, quod etiam a nullo fere posteriore auctore nominatus inueniatur, praeterquam in capitum Plinij librorũ catalogo, qui ab aliquibus minime Plinianus, uel saltem adulteratus putatur, magnã certe ipsius existimationis suspicionem merito parit. Ergo primae gymnasiorũ partes fuerunt porticus exedris siue cubilibus apertis plenae, in quibus philosophi, & rhetores, mathematici, & omnis deniq. disciplinarum amatores disputando, legendo, ac docendo exercebantur: atq. has non longe ab alijs admodum sitas fuisse conijcere possumus tum ex ipsa figura, tum ex prouerbio inde nato (Discũ quã philosophũ audire malunt) quod in eos dicebatur, qui in eodẽ gymnasio inter philosophos sedentes, atq. inde discorũ crepitus audientes relicta sapiẽtiae schola ad proximũ certaminum locum erumpebant. In exedris philosophorum adolescentes atq. pueros illos, qui disciplinarum studijs operã nauabant, uersatos esse rationi consentaneum est: quod essent illae ueluti scholae quaedã, & possent facillime post animorũ exercitationes corpora ad sanitatem, uel fortitudinẽ iuuenes & pueri exercere, subindeq. lauari. exstat enim Lampridij auctoritas, Alexandrũ Seuerũ post lectionem operam modo palaestrae, modo sphaeristirio, modo cursui, modo lenibus luctis dedisse, mox balneum introiuisse. Inter has adnumero quoq. medicorum scholas. Secunda pars erat Ephebaeum, ubi mihi uerisimile apparet eos conuenire, atq. de praemiis, & exercẽdi genere pactiones

E

F

A nes facere ſolitos, qui ſimul exerceri, ac certare uolebant : quãquã ſciã Philandrũ eius opinionis fuiſſe, quod in Ephebaeo puberes exercentur. qua in re ipſum ualde melius ſenſiſſe exiſtimo, quam Gulielmum Choulũ, qui in ſuo de antiquorum exercitationibus libro in Ephebaeo iuuenes ſtudendi gratia ſediſſe ſcriptis mandauit. Vtrum uero apud Romanos, qui cum uiris ante decimum ſextum annum pueros commercium ullũ habere uetabant, hoc uerũ fuerit, affirmare non auderẽ. Neq. item negare poſſumus, Galeni tẽpore, pueros exerceri in palaeſtra conſueuiſſe, cũ is cuiuſdã aegritudinis, quã Commodus puer atq. Imperatoris filius in palaeſtra acquiſiuerat, mẽtionẽ faciat: & praeterea in ſecũdo de tu. ual. ſic ſcribat: *οὕτω δὲ καὶ ὅσις ἀναῤῥιχᾶται διὰ σχοινίου καθάπερ ἐν παλαίσρᾳ γυμνάζουσι τοὺς παῖδας εἰς εὐτονίαν παρασκευάζοντες*. i. Sic autẽ, & qui- In lib de p̄ cogni. ad Poſthu.
B cumq. per funem ſcandit quemadmodum pueros in palaeſtra exercent, eos ad robur praeparantes. Ex quibus uerbis pueros in palaeſtris exerceri ſolitos fuiſſe ſatis conſtaret, niſi id quoq. Plautus in Bacchidibus apertiſsime teſtatus eſſet, vbi Lydus Piſtocleri paedadogus patrum erga filios ſui temporis indulgentiam taxans de anteacti temporis moribus ita loquitur.

Nego tibi annis uiginti fuiſſe primis copiam
Digitum longe a paedagogo pedem ut efferres ex aedibus
Ante ſolem exorientem niſi in palaeſtram veneras
Gymnaſii Praefecto haud mediocres poenas penderes:
Idq. vbi obtigerat, hoc etiam ad malum arceſſebatur malum
Et diſcipulus, & magiſter perhibebantur improbi.
Ibi curſu, luctando, haſta, diſco, pugilatu, pila
Saliendo ſe exercebant magis, quam ſcorto, aut ſauijs.

C Vnde mihi cõijciendũ uidetur pueris ſummo mane palaeſtrã adeũdi praeceptum fuiſſe, ut uirorum, qui tunc non aderant, commercium uitarent, atque etiã litterarum ſtudijs incumbendi otium ſupereſſet. etenim non defuiſſe qui pueros nudos uidere, & neſandũ eorũ amorẽ ſibi conciliare ex palaeſtris ſtuderent facile ex amatorio Plutarchi libro colligitur. Tertia pars erat Coriceum, qui locus (ut mea fert ſententia) pro denudandis hominibus, qui uel exerceri, uel lauari, uel utrũq. agere uolebant, inſeruiebat, alias a Graecis *ἀποδυτήριον*, & a Galeno *γυμνασήριον* uocatus. Niſi enim Coriceũ apud Vitruuiũ talem locum ſignificat palaeſtras ab ipſo deſcriptas abſq. hac parte omniũ maxime neceſſaria exſtitiſſe dicendũ eſſet, quam nedũ in publicis gymnaſijs, uerum etiam in priuatis affuiſſe credo, ſi quidẽ Plinius Caecilius in deſcriptionibus uillae ſue Lau- Lib. 2. & 5 Epiſt.

ren-

rentinae ac Tuscorũ apodyteriũ inter alia adnumerat: unde illorũ D sententias probare nequeo, qui Coryceũ in Vitruuij textu legendũ putarũt a coryco pilae specie, quasi ibi ludus talis ageretur, aut couriceũ pro tonstrina, aut coriceum tãquã in eo puellae, & uirgines κοράι a Graecis uocatae exercerentur. Quarta pars erat eleothesiũ a Iulio Polluce ἀλειπτήριον, a Caecilio Plinio unctuariũ uocatũ, atque in isto luctaturi, & alias exercitationes, uel balneas inituri ungebãtur, redungebanturq.. Sed, quoniã opportunitas rei postulare uidetur, ut de hoc gymnastico ungendi munere uerba faciã, neque Metrodori Scepsij περὶ τῆς ἀλειπτικῆς, idest de ungendi ratione citatus ab Athenaeo liber hodie exstat, quattuor ego dicã: primum, quando, & qui ungerentur: secundum, quae esset unctionis materia: tertium, cuius finis gratia ungerentur: quartum, quo modo, & a quibus unctio administraretur. Illi qui uel loturi uel sese exercitaturi in gymnasium ueniebant, maiori ex parte spoliabantur in E apodyterio: postea horum nonnulli, & praesertim qui uel luctam, uel pancratium inire intendebant, (nã pugilatores, cursores, ac alij multi unctione non egebant) alipteriũ ingredientes ungebantur, atque ita uncti ad locũ, ubi erat puluis, de quo loquar inferius, transeuntes puluere conspergebantur, sicq. deinceps in exercitationes diuersas diuersi prodibant: postquam uero sese, quantum libuerat, exercuissent, iterum ad unctuarium reuertentes ibi a Mediastinis, & Reunctoribus strigilibus ferreis, de quibus Martialis,

Li.2.epist.

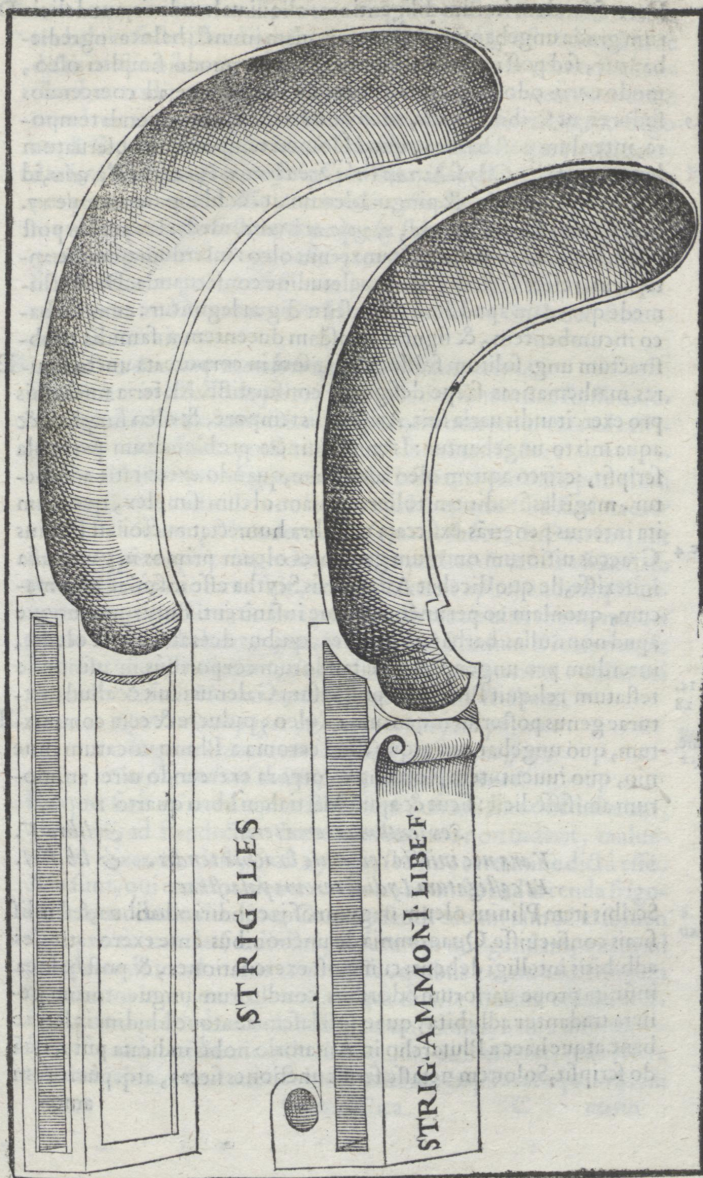
Pergamus has misit curuo distinguere ferro,
Non tam saepe teret lintea fullo tibi,

detergebantur, in qua detersione oleum, puluis, & sudor, quae deradebantur, simul mixta in usum medicum adseruabantur, & ab Atticis κονίσαλος, ab alijs uero πάτος uocabatur, ut ex Dioscoride, Plinio, Galeno, & Aetio facillime confirmari potest: tametsi Auicennas libro secundo faciat mẽtionem etiam sudoris sicci athletarum, quem puto fuisse illum, cui neq. oleum, neque puluis inerant. & quamuis Galeni aetate strigiles adhiberentur ad balnei usum, nihilominus balneorum strigiles plerumque spongiae erant, uel linei, neque communiter semper administrabantur, sed quisque proprium secum gerebat, & praesertim quicumque communia cum alijs instrumenta habere fugiebat, ut insinuat Persius Sat. v. F

Lib. 1. c. 3. Lib. 34. c. 8 Li. de sim. me. 81. & 4. de tu. ua. Libro. 5. & 10. de sim. med. & lib. 2. c. 17.

I puer, & strigiles Crispini ad balnea defer.

Ferrei autẽ erant, uel aurei, uel argẽtei, uel cornei, uel eburnei, uel aerei, quibus strigmenta, & sordes exercitatorum a corporibus radebantur. Aerei strigiles erant quorũ pictura hic ponitur, quiue olim inter Traiani Imperatoris thermarum ruinas inuenti sunt.


STRIGILES
STRIG·AMMONI·LIBE·F·

Detersi tandem iterum diligentiores aliqui ualetudinis, aut delicia D
rum gratia ungebantur, & nonnumquam inuncti balnea ingredie-
bantur, sed post egressi denuo ungebantur modo simplici oleo,
modo uarijs odoribus condito, modo diapasmate ad coercendos
li. 21 c. 19. sudores, ut scribit Plinius, adeo quod uaria erant ungendi tempo-
ra, interdum post balnea, quod Homeri temporibus obseruatum
legimus, ut in 3. Odys. Αυτὰρ ἐπεὶ λούσεντε καὶ ἔχρισε λίπ' ἐλαίῳ, id
est, Postquam lauit, & pingui oleo unxit. & lib. 4. iterumque 17.
τοὺς δὲ ἐπεὶ δμωαὶ λοῦσαν, καὶ χρίσαν ἐλαίῳ, idest, Hos autem post
quam famulae lauerunt, & unxerunt oleo: interdum quoque an-
te, sicuti refert Galenus vj. de ualetudine conseruanda. De Archi-
mede quaedam apud Stobaeum scitu digna leguntur: eum s. aba-
co incumbentem, & figuras quasdam ducentem a famulis ui ab-
stractum ungi solitum fuisse, atq. ipsum in corpore ita uncto figu- E
ras mathematicas saepe designare consueuisse. Materia unctionis
pro exercitandis uaria fuit. Aristotelis tempore, & oleo simplici, &
aqua mixto ungebantur: Is enim quincta problematum particula
scripsit, iccirco aquam oleo admixtam, quando exercitatis adhibe-
tur, magis lassitudinem tollere, quam oleum simplex, quoniam
ita interius penetrãs exsiccata membra humectat. auctor est Plinius
Lib. 15. c. 4 Graecos uitiorum omnium genitores oleum primos in gymnasia
inuexisse, de quo dicebat Anacharsis Scytha esse insaniae pharma-
cum, quoniam eo perũcti athletae insanirent. Butyrum quoque
apud nonnullas barbaras nationes, quibus deerat fortasse oleum,
li. 11. ca 14. interdum pro ungendis exercitandorum corporibus in usu fuisse
& lib. 28 testatum reliquit Plinius, & post ipsum Galenus: fuit & aliud mix-
c. 9. turae genus posterius inuentum ex oleo, puluere & cera commix- F
3 de alimẽ. tum, quo ungebantur: atque illud ceroma a Plinio uocatum inue
iac. c 15. nio, quo iuuentutem Romanam corpora exercendo uires animo-
rum amisisse dicit: sicut & apud Martialem libro quarto:

Seu lentum ceroma teris & *libro V.*
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis. & *lib. VII.*
Et castigatum Lydiae ceroma palaestrae.

Scribit item Plinius oleum in gymnasijs condiri odoribus, sed uilis
simis consueuisse. Quae omnia de unctionibus ante exercitationes
adhibitis intelligi debent: cum post exercitationes, & post balnea
infinita prope uariorum odoribus conditorum unguentorum ge-
nera tradantur adhibita: quae soli lasciuiae atque libidini inseruie
bant. atque haec a Plutarcho in Amatorio nobis indicata puto, quã
do scripsit, Solonem uetasse seruis unctiones siccas, atq. puerorum
amo-

A amorem, non item mulierum coniugium, nisi potius unctiones extra balnea factas, seu diapasmata intellexerit. Quo fine demũ praedictis unctionibus gymnasia adeuntes ungerentur, diuersa abauctoribus tradita inuenio. Hippocrates in. 3. de diaeta memoriae mandauit terrarum puluerem oleo admisceri solitum, ut suo frigore, & siccitate olei aestum, & humiditatem temperaret. Alexander in 1. Probl. uolumine scripsit athletas ideo oleo ante exercitationes perungi consueuisse, ut membra emollita labores sine rupturae ullius periculo sustinerent. quam sententiam secutus est quoque Lucianus in dialogo, περὶ γυμνασίων. Lucanus uidetur sensisse luctatores puluere sese conspergere solitos fuisse, ut corpora fortiora redderentur. De Hercule namque & Anteo sermonem faciens ait. Prob. 119.

B *Auxilium membris calidas infundit arenas.*

Plutarchus in libello de primo frigido huius sententiae fuisse uidetur, quod athletae in unctionibus puluere uterentur tum ad refrigeranda calefacta corpora, tum ad cohibendum sudorem, ne tantopere delassarentur. Ego autem cum Luciano existimo potissimũ usum pulueris exstitisse, ne oleo manus laberentur, sed facilius exercitatores sese comprehendere ualerẽt, neue sudore diffluerent, aut uenti corpora aperta ingrederentur. atque hac de caussa a Martiale puluis ille ἁφή uocatus fuit, ut ibi (flauescit aphe) unde si qui aduersarios perunctos, & sine puluere certantes uincebant, maiori gloria digni habebantur, qualis fuit apud Plinium Dioxippus, & Dioreus apud Pausaniam, ἀκονιτί nomen promeritus. cuius rei mentionem fecit Horatius, ita ad Maecenetem scribens.

C *Quis circum pagos, & circum compita pugnax*
Magna coronari contemnat olympia, cui spes, lib. 1. epist. 1.
Cui sit condicio dulcis sine puluere palmae?

Ex quo satis mirari nequeo Budaeum, uirum sane doctissimum, qui in suis ad Pandectas adnotationibus hoc non uiderit, malueritque, ἀκονιτί, idest, ἄνευ ἀγῶνος, seu sine certamine dictũ esse. Alij sunt, qui credant oleo exercitatores unctos ad arcenda frigora, & leuandas lassitudines. Galenus sentit oleum tam ad exsoluendam praeteritam lassitudinem, & futuram mitigandam, quam ad praeparandum ad motus conduxisse. quibus ceram additam cum Galeno opinor, quo oleum alioqui fluxile diutius adhaereret. Quae uero post balnea adhibebantur unctiones, nemo dubitat inseruisse, ne humiditas in balneis acquisita euanesceret, neue reseratis a balnei calore meatibus natiua caliditas exspiraret. quamquam 6. de tu. ual. c. ult.

etiam aliqui delicatiores uoluptatis & lasciuiae gratia odoriferis D unguentis, aut sicci diapasmatis ad comprimendum immoderatum sudorem, ut scribit Plinius, post balineas ungebantur, de quibus Martialis.

Quid quod olet grauius mixtum diapasmate uirus.

li.13.c.2.& li.21.ca.19. lib.1. Ceterum quo modo ungerentur, nil certo definitum inuenio: est tamen ualde probabile, nonnullos, cum prius seipsos fricassent, manibus proprijs hoc egisse, aut alterum ab altero uicissim unctum, quod Lucianus in Gymnasijs scribit; licet etiam a seruis gymnasticis, atque reunctoribus uocatis ungerentur: qui & ipsi prius ad maiorem unctionis penetrationem fricantes tandem uniuersum corpus modo leniter, modo secus prementes perungebant, &, prout temporis constitutio postulabat, alias tepidum, alias calidum, alias frigidum linimentum applicabant: atque haec omnia ut plurimum in Alipterio fiebant: Prope quod erat Conisterium, Polluci E κονίςρα uocatum, quincta gymnasij pars, in quo positus puluis conseruabatur, ut possent uncti statim illo conspergi. Ex uarijs regionibus in hunc usum pulueres aduectos legimus, sed duo palmam habuerunt, Puteolanus, de quo Sidonius Apollinaris,

Namque Dicarcheae translatus puluis arenae,

lib.35.c.15. & Aegyptius, quē Romā in hunc usum aduehi solitū refert Suetonius in Nerone, quēmadmodū & Patrobiū Plinius tradit Neronis libertum ex Nilo arenā tenuissimam non multū a Puteolano puluere distantem ad debellanda corpora palaestrae studijs aduexisse, eandemq. a Leonato Cratero, & Meleagro Alexandri Magni ducibus cū reliquis militaribus cōmercijs portatā. cui forsan haud absimilis illa erat, de qua Ouidius Acheloi pugnā describens loquitur. F

Inquies uicem fuluae tractu flauescit arenae.

Nam & Martialis Philenim irridens, quod Palaestritarum exercitationes iniret, dixit ipsam flauescere hac arena, quam aphem ab illo uocari diximus, quoniam contrectationibus exercitatorum inseruiebat. ἀφήν namq. tactum significare, nemo nescit.

De Palaestra, & alijs Gymnasij partibus. Cap. IX.



ACTENVS quinque Gymnasij partes, quae etiam in palaestra graecorum a Vitruuio descriptae inueniuntur, Philosophorum exedras, Ephebaeum, Apoditerium, unctuarium, & conisterium explicauimus: nunc ceteras partim ab eodem praetermissas, & ab alijs indicatas, partim

A tim ab ipsomet explicatas prosequemur. Erat itaque sexta pars locus quidam palaestra uocatus, ubi (dicebat Lydus ille Plautinus) cursu, luctando, hasta, disco, pugilatu, pila, saliendo se exercebant magis, quam scorto, aut sauijs, & ubi scribit Galenus has exercitationes peragi solitas luctam, pugilatum, appensionem manibus ad funera stare pedibus & manibus in pugnum uinctis, easq. alteri aperiendas porrigere, pondera manibus attollere, & ita persistere, quod genus halteres uocatum est, sciamachia, & armorum pugna: Galeno uero assentiens Oribasius Pergamenus fassus est non modo has, sed & alias sexcentas fuisse palaestrae exercitationes. Vnde animaduertendum est, palaestram apud utriusque linguae auctores multa significare, primo totum ipsum gymnasium, ut est uidere penes Vitruuium, secundo, locum quemcumq. exercendis corporibus idoneũ, quo pacto locutus est Cicero in Epist. tertij lib. ad Q.F. prima, &.2. de legibus, dum uillam suam Arpinatem describens palaestram ibi nominat, necnon Virgilius quincto Aeneidos.

In Bacchidibus.
2. de tu ualet. ca. 9.

B

Pars in gramineis exercent membra palaestris,

& Geta apud Terentium in Phormione, ubi dixit, Eccum a sua palaestra exit foras. Tertio certam gymnasij partem, in qua ex sententia Plauti, Galeni, & Oribasij tot exercitationes factas praediximus, & cuius parietum sordes collectas in panno applicatas furunculos maturare scripserunt Plinius, & Theodorus Priscianus. in qua significatione accepisse Catullum puto, ubi dixit

6. collec. c. 14.
De Berecithim.
li.1. ca. 36.
li.5 de sim. med.
lib 1. de legibus.
lib. de claris Orat.
lib. nat. histo. 27. c 4

Albero foro, palaestra, stadio, & gymnasiis?
Miser ah miser. & Afranius scribens,

C

Etiam depellis mihi manum per palaestricos, idest,
Palaestrae usum (ut ait Nonius) callentes.

Quod autem a palaestrae muris, statuis, atque columnis strigmenta quaedam a puluere, & luctantium corporum contactu ibi factae abraderentur, & in uarios medicinae usus seruarentur, abunde testati sunt Dioscorides, Plinius & Galenus, quae strigmenta quandoq. a ludorum magistratibus octingentis sestertijs uendita fuisse tradit Plinius. Inuenio quoque exercitationem ipsam palaestrarũ interdum palaestram uocari, sicuti quandoq. M. Tullius pro palaestra actiones ordinate, & uenuste factas metaphorice intelligere uisus est auctoritate Lucilij, cuius hic uersus legitur apud Porphyrionem, *Iudicis Hortensi est ad eam rem nata palaestra.* nec non Plato in Charmide pro Taurei palaestra locum significauit ubi uiri docti ad colloquendum disputandumq. conueniebant. Ad haec Prob. 4.
Plutarchus in secundo sympos. palaestram uocatum scribit locum,

ubi athletae exercerentur, & in quo solum lucta, & pancratium D
non cursus, non pugilatus agerentur. quemadmodum & Galenus quandoque palaestram nuncupauit, ubi athletae solum, & crassitudini corporis studentes exercerentur: Forsan autem dubitauit aliquis an in palaestra hac puluis stratus esset, quoniam Galenus ipsam a loco, ubi puluis erat, separasse uidetur hisce uerbis: ἀλλὰ τὰ μὲν
» τοιαῦτα καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι
» καθ' ὁτιοῦν χωρίον ἐπίκροτον ὀρθῶν ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς
» ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ πα-
» λαίστρας δεῖται: idest: Sed & haec absque palaestra, & alto puluere in quocumque loco conculcato erectis stantibus fieri possunt: quae uero lucta inter se contendentes agunt robori acquirendo incumbentes, uel alto puluere, uel palaestra opus habent. Cui ita responsum uolo, etiam in palaestra fuisse stratum puluerem, sed humilē, E
ac modicum, ita quod duo fuerint loca puluere strata, alterum palaestrae, alterum extra palaestram: in illo puluis humilis, in hoc altus & copiosus esset: cuius pulueris in utroque usus erat, tum ut certantes firmius contenderent, neque pedibus laberentur: tum etiā ut qui in terra deijciebantur, minus laederentur: At altus puluis hoc amplius habebat, quod dum homines in illum pedes alte figebant, maiori conatu, ac ui ad eos tollendos opus habebant, atque inde robur maius cōmparabant. Quae omnia significauit Lucianus in libello de exercitationibus. de hoc enim alto puluere locutum puto Galenum, ubi scribit se uidisse athletas, saepius, ne a puluere suffocarentur, periclitantes, & ubi Adolescentem quendam narrat exconcitato motu per loca profunda, & arenosa facto ualde exsiccatum ad gymnasium se contulisse: quod ex ijs esset, qui F
illa exercitatione delectabantur, ac ibi identidem exerceri uellent. Quod palaestra quoque dicta sit ars Oratores in actionibus exercendi, ut probare in suis ad Pandectas adnotationibus conatur Budaeus, sane non uideo. Septima gymnasij pars fuit sphaeristirium, ubi uariae exercitationes, & praesertim cūcta pilae exercitia, quae plurima exstitisse infra demonstrabimus, frequentius, quam alibi peragebantur. Hoc non esse coriceum a Vitruuio descriptum satis in superioribus probauimus, & licet ab eo non ponatur, in gymnasijs tamen fuisse multis uerbis ostendit Budaeus, quinimmo & in particularibus gymnasijs hortisue Sphaeristirium una cum alijs exstructum fuisse, locupletissimum testem habemus iuniorem Plinium, qui uillas suas describens Laurentinum & Tuscos in utrisq. sphaeristirium ponit, quod plura exercitationis genera, pluresque

2. de tu. ual. cap. 9.

libr. 11. de usu partiū. & li. d cau sis procatarticis.

lib. 2. c. 4.

A circulos caperet idem & ex eo Pandectarum loco confirmari po- li.2.epist.
test, ubi haec Vulpiani uerba leguntur: Cum Aurelius Quinctus &5.
hospiti suo medico mandasse diceretur ut in hortis eius quos Ra- lib.17.c.16
uennae habebat, in quos omnibus annis secedere solebat, sphaeri-
stirium & hypocausta & quaedam ipsius ualetudini apta sua impen ”
sa faceret. Vnde quoque facile conijcitur in sphaeristirio nedum ”
pilae ludos, uerum etiam alias exercitationes fieri consueuisse, quā ”
do & in ipso Vespasianus fauces, ceteraq. membra (ut tradit Sue- ”
tonius) sibimet ad numerum defricabat. Octaua pars fuerunt uiae
illae, quae inter porticus, ac muros, ut ego puto, sitae erant, ab om
nibus aedificijs nudae, necnon tota peristylij area quae & ad submi
nistrandam porticibus, ac cellis lucem factae erant, & ad spatian-
dum, aliasue exercitationes obeundas, quae nec in palaestra, nec in
B alto puluere, nec in xystis alijsue locis fieri possent. Has locum cō-
culcatum paullo ante ex Galeno a nobis nominatum fuisse opinor
i tauocatas, quod nullis lapidibus, lateribusue stratae, sed rudes
& aequato tantum solo forent. In his cursum factum existimo, at-
que ad id tum diauli, tum dolichi, a quibus dolichodromi, & diau-
lodromi formas, atque terminos ibi constitutos, tametsi apud Vi-
truuium nil aliud fuerit diaulos, quam perystiliorum quadrato-
rum circumitio duobus stadijs definita. In ipsis etiam saltus, & di-
sci exercitationes, quas palaestrae negauit Galenus (ut mea fert sen
tentia) interdum habebantur. Nona pars erant xysti, & xysta, nam
utraque apud graecos & Latinos non parum discriminis obtinent,
si quidem xystos hi uocant porticus tectas ubi athletae per hiemē
& aestate, tempore luctationibus alieno, exercebantur: xysta au-
C tem subdiales ambulationes, ubi hieme tempestate leni e porti-
cu prodeuntes, & aestate fere semper exercebantur, ac ambula-
bant; atque has περιδρομίδας a Graecis nominatas scribit Vitru-
uius, quae duplices erant, aliae nudae, aliae platanis alijsue arbori-
bus consitae ad praestandum amoenitatem, atque illis, qui a sole
offendebantur, umbram. de his loquebatur Plinius, dum plata- lib.12.
nos Athenis in Academiae ambulatione celebratas fuisse scribit:
De ijsdem quoque Plinius secundus sermonem habuit quando in Loco cita-
depingendis Tuscis ac Laurentina uillis suis xystos toties decan- to.
tat. Nec alium locum intellexit Ischomacus apud Xenophon- In Oecon.
tem, quando ambulationem in xysto factam nominauit, sicuti nec
Phaedrus apud Platonem, ubi ex Acumeni sententia salubriorem
facit ambulationem in uiis, quam in cursibus sub hisce uerbis: Τῷ ”
δὲ σῷ καὶ ἐμῷ ἐταίρῳ πειθόμενος Ἀκουμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦ ”

" καὶ τοὺς περιπάτους. φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, D
idest, Tuo autem, & meo ſocio obtemperans Acumeno, in uijs ambulationes facio, nempe quas minorem laſsitudinem ijs, quae fiunt in curſibus, parere dicit. Id quod ſi Ficinus recte penſitaſſet, melius Platonis uerba in noſtram linguam tranſtuliſſet, ſed de hac re plura inferius, quando de exercitationum locis tractabimus. Eaſdem ambulationes intellexit Iuſtinus martyr, cum in principio dialogi ſui dixit: περιπατοῦντί μοι ἐν τοῖς τοῦ ξύστου περιπάτοις, hoc eſt, ambulanti mihi in xyſti ambulationibus, quod eius interpres haud exacte percepiſſe uidetur. Nemora, quae & in thermis publicis deputaſſe & in ſuis iuxta Neronianas diruptis aedificijs Alexandrum Seuerum feciſſe ſcribit Lampridius, nulla alia fuerunt, quam platanones & xyſta Graecorum.

E

De Balneis gymnaſiorum, atque etiam de ſtadio. Cap. X.

DECIMA gymnaſiorum pars fuit Balneum, quam ob delicias, atque ſanitatem omnium maxime aeſtimatã fuiſſe certum eſt, quamue cunctis alijs maiorem, & pulchriorem exſtitiſſe opinor ego, tum quia (ut Galenus ſua tempora deplorat) omnes fere homines quotidie lauabantur, quod tempore Hippocratis, & antiquorum fere omnium uſque ad Aſclepiadis & Pompeij aetatem, quando ut ſcribit Galenus nondum publica balnea, aut priuata accommode aedificata uidebantur, rariq. & raro lauabantur, non erat: tum quia multis locis balnea indigebant pro uariis lauandorum commoditatibus, quae neceſſario ſpatium maius requirebant, & ob id columnis, ac ſuperbiſſimis marmoribus exſtruebantur. ut interim non omittam quanta priuati uiri uſi ſint in priuatis balneis aedificandis magnificentia, de qua ſcriptum eſt a Seneca, quod quiſq. pauper ſibi uidebatur, ac ſordidus, niſi parietes balneorum magnis ac pretioſis orbibus refulſiſſent, niſi Alexandrina marmora Numidicis cruſtis diſtincta fuiſſent, niſi illis undiq. operoſa, & picturae modo uariata circumlitio praetexeretur, niſi uitro conderetur camera, niſi aquam argẽtea epiſtomia fudiſſent. Ne ſtatuarum, & columnarum nihil ſuſtinentium ornamentum ſileatur, quod Libertinorum balnea habebant, ut nil niſi gemmas calcare uellent. Etruſci balneum a Martiale, & Statio elegantiſsime deſcriptum qui lectitarit, non poterit maiorum in exſtruendis balneis magnificentiam, atque luxum ſatis admirari: ſed de his ſatis. Vt autem de gymnaſiorũ balneis paul

3. com. de uic. acut.

F

Epiſt. 87.

lib. 6.
lib. 1. Sil.

A lo plenior habeatur cognitio, haec in praesentia solum (quando iã Andreas Baccius Elpidanus multae lectionis atq. doctrinae uir post primã horum cõmẽtariorum editionẽ uniuersam de Balneis materiam absolutissime tractauit) explicabimus. Primo, qualia essent, & quae loca balneis destinata: Secundo, quae uasa, & aeris dispositio, ubi lauabantur: Tertio, cuius gratia lauarentur: Quarto, qui, & quando lauarẽtur: materiam enim, qua lauabantur, plerumq. aquã dulcẽ uel pluuia collectam, uel ab aquae ductibus, aut fluminibus, aut aliunde corriuatam omnes sciunt. & quamuis apud Galenum, aliosq. saepenumero de medicatis balneorum aquis mentio fiat, illis tamen aegroti, aut ualetudinarij utebãtur, non gymnasia ingredientes, de quibus solis nos loqui intendimus. nisi immensam Neronis & profusam libidinem in medium adducamus, qui dulcibus nõ B contentus aquis, marinas teste Lampridio, & Suetonio atque Albulas in suas thermas deduci curauit. Loca balneum uniuersum constituentia a Cicerone Balnearia uocata plurima fuisse reperio, frigidam lauationem siue λοῦτρον, frigidarium, tepidarium, sudationem calidam, & calidam lauationem. Quae uero balneis inseruiebant, fuerunt hypocaustum, aquarium, & uasarium. Haec omnia loca cõ camerata & fornicũ modo fabricata fuisse cognoscere possunt, qui Romanarum thermarũ reliquias contemplari uoluerint. Nec quis miretur a nobis hic loca plura balneorum recenseri, quam a Vitruuio descripta inueniantur, quoniam, quae ipse descripsit, a Graecis omnia fere accepit, quando Romani nondum thermarum ea admiranda aedificia exstruere coeperant, in quibus multo Graecis lasciuiores, plura etiam loca disposuerunt. Frigida lauatio, siue λοῦ- C τρον, locus erat, in quo frigidae aquae lauacra, & praesertim piscina, alias baptisteriũ a Plinio iuniore uocitata, pro natationis usũ ab auctoribus citata posita erant, tum ob aestatem quãdo similis lauatio diligitur, tum ob eos, qui omni tempore illam prosequebantur siue ob ualetudinem, siue ob delicias, qualis Alexander Seuerus, quẽ rarissime in caldarijs, fere semper in piscinis lauisse scribit Lampridius. De huius usũ plura apud Oribasium ex Galeni sententia uideri possunt in decimo collec. lib. auctor est Lampridius Heliogabalũ numquam in piscinis lauari passum esse nisi illae croco, alijsue pretiosis unguentis fuissent infectae. Ab hac aderat frigidarium ob eos fabricatum, qui statim post egressum tepidarij, aut calidarij frigido aere frui optabant: neque enim ulla ibi aquae uasa reperiebantur, ut possent aestate plures conuenire. non defuerunt qui in hac parte piscinã pro natationis studiosis, de qua copiosius lib. 3. tractabimus,

lib. 3. epist. ad. Q. Fra. epist. 1.

positã fuisse crediderint. At mihi uerisimilius uidetur eam in frigida lauatione, ubi alia frigida aqua seruabatur, exstitisse, cum in frigidario aquae nullius apud auctores mentio habeatur: In parte fieri potest, ut loturi exsuerentur quoque, tum quia apodyterium cõmunis pro exercitatoribus spoliandis locus non parũ distabat, adeo quod loturos, si ibi uestimenta deposuissent, nudos per ephebaeũ, frigidam lauationem, & reliqua loca transire necessum fuisset: tum quia probabile est in Ephebaeo homines saepius inueniri consuesse, a quibus loturos haud quaque nudos conspici honestum erat. ex quo ad haec omnia euitanda facile est in frigidario sese exsuisse, eo magis quod Varro atq. Plinius testati sunt, tam in urbibus quam rui apodyterium quoq. fuisse balnei partem, quemadmodum etiam Galenus atq. Oribasius significare uisi sunt, ubi qua hora iuuenis temperati corporis balneo uti debeat, exponentes gymnasterium temperari debere mandarunt, quod nullum aliud esse potest, nisi frigidarium ipsum: in quo & sudores detergebantur. siquidem Galenus. x. Methodi libro partes balnei enumerãs quattuor statuit, calidarium, calidam lauationem, quam λȣ̃τρον uocat, frigidam lauationem, & quartam, in qua sudores detergerentur: sed haec potius coniectura, quã ullo certo iudicio intelligere conceditur. nec quisquã hic dubitare debet quod Vitruuius unam partem, Galenus aliã λȣ̃τρον uocent, quandoquidem non est rationi dissentaneũ, utrasq. eo nomine designatas esse, cũ in ambabus homines lauarentur. Frigidario adnexum tepidariũ duobus hominum generibus inseruiebat, tum illis, qui tepore aeris aut aquae, uel utriusq. ob uoluptatẽ, siue ualetudinem frui uolebant; tum illis, qui aut frigida, aut calida lauari quaerebant; hi etenim ne ab apodyterio siue frigidario ad calidarium, & rursum a balneo calido ad frigidarium, seu frigidam lauationem tamquam ab extremo ad extremum prodeuntes horrerent, aliterue offenderentur, tepidario pro medio quodam utebantur, in quo exeuntes de frigido, seu calido loco tamdiu morabãtur, quousq. ad alterum eorum citra noxam recipiendum sese disposuissent. quamquam etiam fieri potest, ut in priuatis balnearijs tepidarium, & apodyterium idem locus fuerint, ob spatij paenuriam, uel quod ita maior commoditas haberetur. Cicero enim, cum Arpinatem uillam, quae iudicio Quincti fratris sui aedificabatur, inuisisset, se assa in alterum apodyterij angulum in balnearijs promouisse scribit. in quo satis aperte demonstrat, apodyterium, & laconicũ, siue calidam, assamue, ut ipse & Celsus uocant, sudationem coniuncta fuisse eo prope modo, quo nos tepidarium & laconicum coniũ

ćta

Margin notes: 2. de re rus. in pro. 5. epist. lib. 3. de tu. ual. 10. col. c. 6. — lib. 3. epist. ad Q. F. ep. prima.

A cta interdum fuisse saltem post Vitruuij tempora opinamur, etsi is lib. v. cap. x. huic sententiae omnino adstipulari uideatur. Calidarium, quod a Vitruuio, & Celso Laconicum nuncupatum fuit, cella erat nullam aquam intra se continens, ad prouocandum sudorẽ potissimum instituta, & ob id a nonnullis calida sudatio, sicuti a Cicerone & Cor. Celso assa nuncupata. de qua sermonem faciens Columella, haec cõtra sui temporis mores: scripsit. Mox deinde ut apti ueniamus ad ganeas quotidianam cruditatem Laconicis excoquimus, & exucto sudore sitim quaerimus. In hac uapor calidus, seu calor siccus inclusus sudorem prouocabat, haud aliter, ac super Baias myrtetis, ubi tempore Celsi e terra profusus calidus uapor aedificio inclusus maximos sudores ciebat. cuius Horatius quoque meminit in Epist. ubi ait.

Li. 5. c. 14. lib. 2. c. 16.

li. 3 ad Q. F. epist. 1. In pro. li. de re rustic.

li. 1. ad Vallam.

B *sane myrteta relinqui*
Dictaq. cessantes neruis elidere morbos
Sulphura

Qui apud Vitruuiũ Tepidarium, & Laconicum idem faciunt, uerba ipsius Vitruuij lectitantes facile cognoscent, utraq. ab ipso separari, dum praecipit Laconicum, sudationesq. tepidario coniungi, praeterquam quod manifeste Celsus laconicum uocat, ubi calor siccus eliciebat sudorem. quam condicionem tepidario minime conuenire quiuis intelligere ualet. id quod etiam clarissime significauit Martialis, balnea Etrusci describens sub his uerbis.

lib. 5. c. 10.

Ritus si placeant tibi Laconum,
Contentus potes arido uapore,
Cruda Virgine, Marciaq. mergi.

Lib. 6.

C Scio quoque nonnullos, quod laconicum rotundum, ac ueluti turricula in hemisphaerium camerata foret, idem cum sphaeristirio a nobis superius explicato effecisse. quibus plane assentiri nequeo, quoniã mihi irrationabile uidetur, ut in loco calido sudationibus aedificato ludũ pilae atq. alias exercitationes, quas in sphaeristirio fieri cõsueuisse tradit Plinius, exercerẽt: fuisset namq. (ut est in prouerbio) camino oleũ addere, si exercitationes per se corpora ualde calefacientes in calidissimis locis egissent. De laconico possunt uerba Iuuenal. intelligi, si uersus ita restituatur. quidquid dixerint alij:

v. Epist. li.

Qui Lacedaemonium proptysmate lubricat orbem.

nam taxat quendam, quod in Laconici solio copiose exspuẽdo efficeret, quo minus in ipso pedes ambulantium firmari ualerent. Post Laconicum sequebatur cella calida labris aquae continendae positis referta. in qua quod lauarentur, calidae lauationis a Vitruuio, &

a Ga-

x. Metho. a Galeno λοῦτρον nomen adepta est. hanc puto Archigenem apud D
Galenum viij. de composit. medicam. sec. loc. uocasse ζεστόν. Erat namq. primaria balnei pars, & proinde a nemine de ipsa quidquã est in controuersia positum. Cur Vitruuius in Balneis gymnasiorũ construendis nullam tepidarij mentionem faciat, cuius, dum priuatorum balnea doceret, aperte meminit, non sum admodum certus. quoniam si illud sub concamerata sudatione intellexit, sequeretur etiam in tepidario sudari consueuisse, cum tamen in superiori capite sudationes & tepidarium distinxerit; si sub calida lauatione tepidarium ab ipso comprehensum fuisse placeat. quomodo ergo calidaria, atq. tepidaria in decimum capitis eiusdem libri initio tamquam diuersa fecit? Itaque dicendum est forte concameratam sudationem & laconicum, & calidam lauationem complecti; tepidarium uero omissum, quia Graecorum palaestrae id non haberent. E
Quod porro scripsit Pollux libro septimo, αλειπτήριον apud Alexim fuisse balneorum partem, nullo modo probare ualeo: cum idem alias ipsum inter gymnasiorum partes adnumerauerit, nisi uelimus penes Antiquos βαλανεῖον significasse totum gymnasiũ ipsum. Atq. haec sufficiant de publicorum in gymnasijs balneorum partibus. Fuerũt & innumera fere priuatorũ balnea, quae & aliquibus ex praedictis partibus caruisse, & alias habuisse uerisimile est; sed de huiusmodi non est instituti nostri uerba facere. Quae autem loca non essent intra balneas, sed ipsis tantum inseruirent, primo hypocaustum continebant, quod secundum Vitruuij descriptionem erat fornax seu caminata structura subterranea calidario, calidae lauationi, atque uasario supposita, in qua ad calefaciendum tũ aquam, tum praedicta loca ignis succẽdebatur, & ne exstingueretur F
a seruis fornacatoribus ob id in Pandectis a Papiniano uocatis fre-
33 quenter cum pilis, & glomis pice illitis excitabatur. Quarum pilarũ
lib. j. Sil. apud Vitruuium lib. v. cap. x. mentio clara habetur, ubi docet solum caldariorum ita sternendum esse inclinatum ad hypocausim, uti pila cum mittatur non posit intro resistere, sed rursus redire ad praefurnium, atq. sic facilius flamma peruagari sub suspensione. De his loquebatur Statius in descriptione balneorum Etrusci.

Crepantis
Auditura pilas, ubi languidus ignis inerrat
Aedibus, & tenuem uoluunt hypocausta uaporem.

Vnde cuiuis manifestum esse potest, in quam graui errore uersentur illi, qui Hypocaustum, & Laconicum idem fuisse crediderunt. Auctor est Seneca epist. x c i. tempestate sua inuentos esse parieti-

A bus impressos tubos, per quos circumfunderetur calor, qui ima simul, & summa soueret aequaliter: illum uero calorem immitti consueuisse ex Hypocausto, & a Iurisconsultis memoriae mandatum est, & ab Ausonio in Mosella sic expressum:

Quid quae sulfurea substructa crepidine fumant
Balnea, feruenti cum Mulciber haustus operto
Voluit anhelatas tectoria per caua flammas,
Inclusum glomerans aestu exspirante uaporem.

Horum autem tuborum uestigia adhuc quamplurima Romae conspiciuntur in Diocletiani, atque Caracallae gymnasijs. Ante hypocaustum uia quaedam erat propnigeum, quasi dixeris praefurnium a Vitruuio uocata. Aquarium cella erat calidae lauationi, atque calidario adnexa, in qua alueus magnus aedificatus erat ad continen B dam aquam ex aquaeductibus, aut aliunde inuectam, atque inde in frigidam lauationem, & calidam per fistulas corriuandam. Non lōge ab hoc situm fuit uasarium, ubi uasa conseruabantur balneorum seruitijs necessaria, & ubi aqua pro ipsis calefiebat. de hoc ita tradidit Vitruuius: Ahenea uasa supra hypocaustum tria composita fuisse, unum calidarium, alterum tepidarium, tertium frigidarium, & ita collocata, uti ex tepidario in calidarium, quantum aquae calidae exisset, influeret, de frigidario in tepidarium ad eundem modum. De aere balneorum, qui extrinsecus admittebatur, (ut Vitruuius innuit) ea in calidissimo loco auerso a Septemtrione & Aquilone sita erant, tum caldaria atque tepidaria ab occidente hiberno lumen habebant. Quod Oribasium significasse puto, ubi ex Galeni sententia Architectos optimos balneorum domos C ad octauam horam uersas cōstruxisse scribit. Sin autem natura loci impediuisset utique a meridie: lumen uero ita capiebatur, quod in medio camerae foramen latum relinquebatur, sub quo labrum extruebatur: circa labrum erant spatiosi quidam margines, aut porticus, a Vitruuio scholae uocati, in quibus occupato a prioribus lauationis loco reliqui circumspectantes recte stabant, nec suis umbris lucem, quae superius capiebatur, obscurare poterant. De aeris porro intra balneum exsistentis statu a Seneca, & Plutarcho auctoribus grauissimis scriptum reperio, antiquiores mollibus, ac moderate calidis balneis usos, ita ut Alexander in lauacro etiam febriens, Galatarumq. mulieres pultis ollas in balnea ferentes una cum pueris lauarentur, & manducarent; at eorum tempestate maxime calidas in pretio habitas fuisse, adeo quod de illis dicere licebat *Huc*
Cocytus, Phlegetonq. fluunt Acheronta petentes.

lib. 5. c. 10.

lib. 9. coll. Cap. 10.

Epist. 87. lib. 8 sym. prob. 9.

Quales

Quales fortasse Neronianae thermae exstiterunt, de quibus Martialis sic scribit libro quincto. D

Si temperari balneum cupis feruens
Faustinae, quod uix Iulianus intraret,
Roga, lauetur, Rhetorem Sabineum,
Neronianas is refrigerat thermas.

Nihilominus tempore Galeni, qui paullo post Senecam, & Plutarchum floruit, balnea usq. adeo calida in usu nequaquam fuerunt. Quinimmo etiam morem illum calidioribus utẽdi haudquaquam tunc omnibus communem fuisse, sed aliquibus peculiarem, pro
Epist. 87. comperto habeo: etsi Seneca testatur apud ueteres hoc quoque nobilissimos aediles officio functos esse, intrandi ea balneorum loca, quae populum recipiebant, exigendiq. munditias, & utilem ac salubrem temperaturam procurandi: sed tempore suo illud in desuetu- E
dinem abijsse, ut balnea tunc similia incendio forent. Vasa, quibus lauabantur, alia immobilia, alia mobilia fuerunt: Quae non mouebantur, ex lateribus, & marmore fiebant, alueiq., & labra in calda lauatione, in frigida piscinae & baptisteria nuncupabantur: adeoq. magna erant, ut etiam in ipsis aliquo pacto natare concederetur: atque horum uestigia adhuc Romae in aliquibus thermarum ruinis conspiciuntur: Quae moueri poterant, tametsi in priuatis balneis ut plurimũ fierent; attamen in publicis quoque, sed ob priuatorum forsan usus, exstitisse opinor: & haec diuersas figuras habuerunt. alia quadratam, alia quadratam oblongam; alia rotundiusculam, alia oualem, sicuti nunc apparet ex uetustissimis, quae adhuc Romae supersunt. Hic autem unam dumtaxat formam damus, a Pyrrho Ligorio ex suis praeclarissimis rerum antiquarum monu- F
mentis communicatam; quod eam & pulcherrimam, & multis rebus intelligendis sagaci lectori accommodatissimam putamus.


STRIGILI
LAVACRVM
OCEANVM VEL
LABRVM
CACCABV
ORCEOLVM
TRVLLA BAL'
NEARIA
SOLIV

Varia eorum porro materia fuit, alia ex lapide, alia ex marmore, D
alia ex aere; quorum omnium nomina a Iulio Polluce scriptis man
Lib. 7. data leguntur. fuerunt & qui lignea pro balneis lauacra facere ten
Lib. 9. tarint, qualis Tucca a Martiale sub his uersibus derisus.

Non silice duro, structili, ue caemento
Nec latere cocto, quo Semiramis longam
Babylona cinxit, Tucca balneum fecit,
Sed strage nemorum, pineaq. compage
Vt nauigare Tucca balneo posit.

Tongillum quędam ex Rhinocerotis cornu labrum fabricasse, crediderunt aliqui, his Iuuenalis uersibus adducti.

Exitus hic est
Sat. 6. *Tongilli magno cum Rhinocerote lauari,*
Qui solet, & uexat lutulenta balnea turba. E

Sed eorum sententiam admodum probare nequeo, potiusq. credo sub Rhinocerotis nomine nasutum aliquem a maledico poeta notari. Finis, cuius gratia lauabantur, non unus exstitit. (de sanis loquor, & gymnasiorum studiosis; nam de aegrotantium, & ualetudinariorum lauationibus sermonem haberi nō postulat locus) Primam balneorum institutionem semper fuisse existimaui, ut quotidianas sordes eluerent, possentq. mundo corpore cenare, qui singulis diebus lauabantur: antiquitus enim cum nondum lineorum pannorum, qui corpora a sorditie tuentur, usus inuentus; aut saltem infrequens esset; magnaq. ex parte corpora nuda ferrent a puluere, & omni alia illuuie conspurcabantur, atq. inde uel saltem ter, quaterue in mense, uel, si semper mundi cenare gaudebant, singulo quoque die lauari cogebantur: quod posteriores, qui in gym- F nasijs ante exercitationes ungebantur, & puluere, ac sudoribus conspurcabantur, ad eluendas sordes factitasse semper, & ob id in ipsis gymnasijs balnearum usum inuectum rationi consentaneum est. sicuti namque primi illi locum, ubi iuuentus Romana exercebatur, Tiberi propinquum constituerunt, ne longius ad deponendas inter exercendum contractas sordes ire cogerentur, quemad-
Libro 1. de re milit. modum scribit Vegetius: ita, postquam gymnasia ob exercitationes instituta fuerunt, aequum erat, & balnea ibi ad mundanda corpora construere. Ab hoc autem usu etiam semel tantum in die cenandi, & in stratis dum cenarent accumbendi, ut inferius copiose demonstrabo, consuetudo introducta fuit. Posteriori tempore maiorem hominum partem balneis ob delicias, atque mollitiem usam esse clare constat, & praesertim tepidis, quibus exsiccatas, &

ab

A ab exercitationibus, uel sole, uel frigore ardentes corporis partes attemperabant. Nec solum dulcibus aquis, sed & medicatis ob delicias usos homines testatur Galenus in principio tertij de medicamentis localibus. Balneis aliquos uti consueuisse, quod non possent, neque ferrent cibos capere nisi loti, auctor est Plutarchus, qui Titum Imperatorem hac de caussa interijsse, ex relationibus eorũ, qui aegrotanti ministrarunt, prodidit. Quod etiam qui inualidum ad concoquendos cibos uentriculum habebant, eius corroborandi, & cibos conficiendi gratia lauarentur, a Posidonio medico relatum est; ut non temere Plinius in medicos inuectus sit, quod persuasissent balneis ardentibus cibos in corporibus coqui, a quibus nemo non minus ualidus exiret, obedientissimi uero efferentur.

In libro de tu. ualet.

Aetius li. 6. cap. 10.
Lib. 29. cap. 1.

B Summatim ob quattuor causas balnea in usu exstitisse scribit Clemens Alexandrinus: ἢ καθαριότητος ἕνεκα, ἢ ἀλέας, ἢ ὑγείας, ἢ τὸ τελευταῖον ἡδονῆς, siue ob corpora mundanda, tepefaciendaue, siue ob sanitatem, siue ob uoluptatem. Calidis balneis utebantur Maiores ad leuandas lassitudines, necnon ad corpora emollienda: quae ideo ἀνθρωπωγναφεῖα uocarunt. Calidis & tepidis ad conciliandum somnum; Frigida lauabantur & ob uoluptatem, & ut robustiores redderentur, calorq. naturalis intro repulsus maior euaderet; ideoque fere post calidas balineas ea adhibebatur, quẽ usum primos omnium Euphorbum Iubae regis, & Antonium Musam Augusti medicos, fratres, monstrasse refert Plinius lib. xxv. cap. vij. Charmis quoque medicus Masiliensis, damnato calidorum balneorum usu, hiberno tempore etiam frigida lauari hortabatur, at-

Lib. 3. pac. dag c. 9.

C que in lacus aegros mergebat. qua de re exstat Senecae adstipulatio, sese psychrolutrem uocantis. praeterquam quod etiam (ut referunt Plinius, & Agathinus apud Oribasium) ad prorogandam uitam, multaq. alia praestanda, frigidam lauationem conferre opinati sunt; haec enim de seipso refert Agathinus. Equidem saepenumero a cena cum aeger in somnum delabor, propter aestum, in frigidam descendere consueui; & mirabile est quam iucundam noctem transigam. Qui balneas ingrediebantur publicas, ante decimum quartum annum nihil soluisse, testatur Iuuenalis.

li. xxviij. cap. 4.
li. x. colle. cap. 7.

Nec pueri credunt, nisi qui nondum aere lauantur. Sat. 2.

Alij quadrantem balneatori dabant, & ob id balneum rem quadrantariam uocauit Seneca, de quo Flaccus.

Dum tu quadrante lauatum
Rex ibis & Iuuenalis.
Caedere Siluano porcum quadrante lauari. Sat. 6.

Queritur

Queritur tamen Martialis, quod pluris sibi balnea constarent ubi D
Lib. 10. scribit, *Balnea post decimam lasso, centumq. petuntur.*
Quadrantes. Quod forsan uel ob diuturniorem moram, uel alterius rei gratia, & ipsi, & aliquibus alijs contingere poterat. Sat est, quadrantem commune pretium fuisse: quin & Antoninum Pium balneum sine mercede populo constituisse, tradit Iulius Capitolinus. propterea cũ ita uili pretio liceret, nullum genus hominum a publico balneo arcebatur: pueri iuuenes, uiri, senes, decrepiti, nobiles & ignobiles lauabãtur: sed prae caeteris, phonaschos, cytharoedos, praecones, tragoedos, comoedos, frequentare balnea solitos refert Gal. quod uocem ob laesam, & assiduis uocibus exasperatam aquarum dulcium humectatione curabant, integramq. seruabant. Hoc similiter uidetur Martialis in his de Menophilo uersibus significasse. E

3. de comp. med. s. G.

Menophili penem tam grandis fibula uestit,
Lib. 7. *Vt sit comoedis omnibus una satis.*
Hunc ego credideram (nam saepe lauamur in uno)
Solicitum uoci parcere Flacce suae.
Dum ludit media populo spectante palaestra,
Delapsa est misero fibula, uerpus erat.

Qui Menophilus comoedus erat, & sicut ceteri, licet recutitus, infibulatus erat, atque saepe cum Martiale in communi thermarum balneo lauabatur. Mulieres Lacedaemoniorum in balneis gymnasiorum lauari consueuisse perspectum est, & nedum in his, uerum & una cum uiris promiscue: quod tamen non in cunctis euenisse credendum est, quando Hesiodus scriptor antiquissimus balnei muliebris mentionem ibi facit.

Μηδὲ γυναικείῳ λουτρῷ χρόα φαιδρύνεσθαι. F
In fine. 2. ope. & die. ἀνέρα. i. neque in muliebri balneo corpus abluito, uir. Vbi & faeminarum lauationes etiam antiquitus apud Graecos distinctas fuisse, & uiris eas ingredi ob salubritatem uetitum apparet: quod praeter turpitudinem etiam a corporibus muliebribus, ac menstruis recrementis effluxus quidam exeant, ut Proclus meminit. qui bus si uiri inficiantur, tam per aquae communis, quam per solius aeris ingressum statim eorum sanitas inquinatur. An apud Romanos primis illis temporibus eadem utrumque sexum promiscue lauandi consuetudo fuerit, neque prorsus infitiari, neque affirmare audeo: quoniam ex una parte grauitati, atque priscae illi educationi Romanae minime conuenisse uidetur: ex altera Varronis testimonium mulieres una cum uiris si non eodem lauacro, eodem saltem

A ſaltem loco etiam antiquitus lauiſſe comprobat, qui libro de analo
gia ſecundo tradit in balneo coniuncta fuiſſe aedificia bina, unum
ubi uiri, alterum ubi mulieres lauarentur: praeterea, C. Gracchus
in oratione de promulgatis legibus idem cõfirmare uidetur, cuius
uerba apud Gelliũ ita leguntur: Pudor enim non patiebatur utrũ- lib. 10. c. 3.
que ſexum ſimul lauari, ſed commoditas cõiungi deſiderabat. Ni- »
ſi dicamus iſta omnia non de publicis balneis, quae tunc uel nulla,
uel anguſtiſsima, & uiliſsima exſtitere, ſed de priuatis eſſe intelli-
genda: quemadmodum forſan Vitruuius intellexit, ubi utriuſque lib. 5. c. 10.
ſexus lauacra coniungenda monſtrauit. uerum enim uero poſterio
ribus ſaeculis mulieres promiſcuis balneis uſas eſſe, quamplurium
probatiſsimorum auctorum teſtimonijs comprobari poteſt, inter
quos primo ſeſe offert Iuuenalis, qui diſſolutos Romanarum femi- Sat. 6.
B narum mores carpens haec ſcribit.

Grauis occurſu, taeterrima uultu
Balnea nocte ſubit, conchas & caſtra moueri
Nocte iubet, magno gaudet ſudare tumultu,
Cum laſſata graui ceciderunt brachia maſſa
Callidus & criſtae digitos impreſſit Aliptes,
Ac ſummum dominae femur exclamare coegit,

ex quibus neminem eſſe exiſtimo, qui non uideat mulieres tempo
re Iuuenalis publicas balneas adiuiſſe, ibique & exercendo, & la-
uando ſine pudore ullo ſe uiris immiſcuiſſe. quod ſimiliter eius tẽ-
peſtate Martialis confirmauit.

Omnia femineis quare dilecta cateruis Lib. 11.
Balnea deuitat Blatara? &
C *Cum te lucerna balneator exſtincta* lib. 3. in Vetuſtinam.
Admittat inter buſtuarias moechas.

Clemens Alexandrinus, qui ſub Antonino & Seuero floruit, in eo
quem Paedagogum inſcripſit commentario non modo feminas
ommunes uiris balneas atq. publicas in uſu habuiſſe teſtatur, ſed lib. 3. ca. 5.
omni pudore depoſito externis quibuſque libidinis gratia ſeſe nu
das in ipſis ſpectandas praebuiſſe. Quos mores poſtea deteſtans
Caecilius Cyprianus haec in libro de uirginum habitu ſcripta reli-
quit. Quid uero quae promiſcuas balneas adeunt: quae oculis ad li »
bidinem curioſis pudori ac pudicitiae dicata corpora proſtituunt, »
quae cum uiros, ac a uiris nudae uident turpiter, ac uidentur, non- »
ne ipſae illecebram uitijs praeſtant. Cui ſententiae multa etiam ſi- »
millima a D. Hieronymo in Epiſt. ad Laetam de filiae inſtitutione
fuere prodita. His itaque omnibus cuiuis perſpectum eſſe poteſt,

non pauco tempore eum morem & Romae, & alibi perdurasse, ut D feminae atque uiri in promiscuis balneis lauarentur: quando etiã non defuerunt qui interdum hanc mulierum impuram procacitatem coercere tentarint: qualis fuit Hadrianus princeps, quem scribit Dion Casius uiros discretos a feminis lauari uoluisse: sicut & Marcum Aurelium Antoninum balnea promiscua sustulisse, eademque ab Heliogabalo renouata Alexandrum Seuerum prohibuisse, refert Capitolinus & Lampridius. Ob quod item aliquando censoria lex lata traditur, ut mulieres a promiscuis balneis abstinerent, nec commune lauacrum cum uiris libidinis caussa intrarent, sub repudij, & dotis amisionis poena: quod postea in l. fin. titul. de repud. & in autentico de nuptijs pro sancito receptum fuit. Qua ratione fieri potest, ut balneae aliquae muliebres in feminarũ dumtaxat usum fuerint exstructae, quales Agrippinae Augustae Neronis matris: necnon Olympiadis in Saburra, E & quas Ampelidem, ac Priscillam trans Tiberim ad euitandũ forsan hominum conspectum habuisse refert Victor. Tempus lauandi

Epist. 87. penes ueteres, quemadmodum narrat Seneca, ita fuit, quod quotidie bracchia, & crura abluebant: toti nundinis solum lauabantur. Ceterum post M. Pompeij aetatem coeperunt singulis diebus toto corpore lauari. Hora uero usque a tẽporibus Homeri fere a pluribus obseruata fuit paullo antequam cibus sumeretur. nõ deerant

Lib. de tre. rig. & spos. tamen Galeni tempestate, qui etiam a cibo nulla ualetudinis habita ratione lauarentur. ob quod ipse rigorem sine febre uisum tempore suo narrat, quem aetate antiquiorum medicorum, cum rari post cibum lauarentur, non esse uisum scribit. Vt plurimum autem maior pars liberorum hominũ prius exercebatur, deinde balnea F ingrediebantur, nonnulli sine exercitationibus lauabantur. Adno

In libro de paruae pilae ludo. tauit Galenus, antiquos post pilae ludum calidis balneis lauari consueuisse: quod similiter ante illum innuisse Martialem eo uersu uideri potest.

Lib. 4.

Redde pilam, sonat aes thermarum, ludere pergis?
Virgine uis sola lotus abire domum.

Nam dum hora balnearum appropinquaret, tintinnabulo quodã significabatur, quo pilae lusores, atque alij exercitatores statim accurrerent: alioqui in gelidisima Virgine, quam & tactu iucundis

Lib. 31. c. 3. simam, sicut haustu Marciam, refert Plinius, iam clausis thermis lauabantur. scribit enim Capitolinus, ante Alexandri Seueri tempora numquã thermas ante auroram apertas fuisse, & semper ante solis occasum claudi consueuisse, ipsumq. Imperatorem publicarum

thermarum

A thermarum luminibus oleum addidisse, quo & in nocte paterent. Non me latet quosdam alijs horis lauisse, sed uel extra gymnasia, uel in gymnasijs gratia alicuius affectionis, aut alterius rei, uel consuetudinis, ut scribit Martialis de Fabiano.

Lassus ut in thermas decima, uel serius, hora Lib. 5.
Te sequar Agrippae, cum lauer ipse Titi Hoc certum est, quod Vitruuius loco citato memoriae mandauit, tempus lauandi maxime a meridiano ad uesperam fuisse constitutum. cum enim semel dumtaxat in die saturarentur Maiores, nullum tempus hoc ipso opportunius habebatur, quod circa octauam diei horam paullo ante coenam erat, ut Martialis testatum reliquit.

Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris, & Lib 4.
Octauam poteris seruare, lauabimur una. Lib. 11.

B Hadrianus Caes. referente Spartiano ante octauam horam neminē nisi aegrum lauari uoluit. quam horam etiam Iulium Caes. prioribus saeculis seruasse, conijcere possumus ex Epistol. Cicer. ad Atticū, ubi de Caesare loquens, haec ait: Ille tertijs Saturnalibus apud Philippum ad horam septimā, nec quemquam admisit, rationes opinor cum Balbo; inde ambulauit in litore, post horam octauam in balneum, tum audiuit de Mamurra, non mutauit; unctus est, accubuit, ἐμετικὴν agebat, itaque & edit, & bibit ἀδεῶς, & iucunde. (Lib. 13. Ep. ultima.) Sed an perpetuo illam uitae rationem seruaret Caes. haud clare ex eo loco habetur; quando eius solius diei rationem exponit, in qua is secundum multorum consuetudinem uomere destinauerat, atq. ob id ἀδεῶς. i. sine timore, & iucūde ederat, biberatque, ut (quod C erat medicorum praeceptum) uarij generis potu, ciboq. repletus posset, dum iret dormitum, uomere. ita namq. locus ille (ἐμετικὴν agebat) intelligi iudicio meo debet: quod sicuti διαιτητική a Graecis simplici uocabulo dicitur ea medicinae ratio, quae in rebus ad humanum uictum spectantibus sita est, & κενωτική, quae ad exinanitiones pertinet; haud secius ἐμετική, est illa ἀγωγὴ, siue ratio, quae in rebus, & modis uomitum parantibus collocata est. (Hippoc. in libr. de sal. dieta & ibi Gal.) Tot itaque de balneis gymnasiorum, ac priuatis breuiter dicta sufficiant, quorum usus cum apud antiquiores rarior esset, Asclepiades Prusiensis aetate Pompeij orator habitus ex illa arte nullum quaestum trahens, cum ad medicinam se contulisset, in eaque magnam gloriam, & auctoritatem, ob blandimenta, quibus aegros curabat, ob perpetuam sanitatis firmitatem, & quod Romae quendam pro mortuo ad sepulturam elatum miro gentium stupore, ut Celsus, Plinius, & Appuleius tradiderūt, uiuere cognouerat, breui compa- (lib. 2. c. 6. 27. na. hist. cap. 3. 4. Flor.)

rasset, eorum usum frequentiorē reddidit. Vndecima, ac omnium D postrema in gymnasijs pars fuit Stadium, ubi populus cum uoluptate athletas certantes: spectabat: nilq. aliud erat, quam hemisphoerium quoddam, multis gradibus constructum, unde poterant commode spectatores, qui semper plurimi eo confluebant, certatores intueri. an autem inter ipsum & xystum seu peridromidas murus intercederet; atque inde per ostium ex platanonibus gymnasiorum athletae in arena stadij prodirent, &si a Vitruuio nil explicatum habeatur, rationi tamen consentaneum uidetur, uniuersum aedificium, ne cuiuis pateret (quod etiam supracitati Capitolini testimonio comprobari potest) muro conclusum, & propterea a gymnasio stadium muri saepto diuisum fuisse. De alijs gymnasio fere necessarijs locis, ueluti lignario, uasario, latrinis, triclinijs, atque eius generis multis non loquor, quod horum in palaestrarum E descriptione mentio non habeatur, ad nostrumque institutum minus pertineat; sicut nec quomodo ambulationes illae substratis carbonibus, atque cloacis proximis exstruerentur. Quae omnia tamquam clara, aut alibi commodius explicata, a Vitruuio in describendis xystis praetermissa puto. Iuxta publicas thermas inuenio exstructas fuisse popinas, quas Isidorus lib. etymolog. xv. cap. ij. tradit huic inseruisse, ut, qui ob exercitationes, aut lauacra essent admodum exinaniti, dissolutiue, haberent, ubi statim refici possent. atq. has forsan Plinius intellexit Epist. iij. lib. j. quando post balneum, & triclinia popinarum meminit. Hactenus de antiquorū gymnasijs.

De accubitus in cena antiquorum, & semel dumtaxat in die cenandi consuetudinis origine. Cap. XI. F



QVONIAM balneorum explicatorum occasio iam suadet, nosq. supra polliciti sumus de cenandi semel in die, & in cena accumbendi antiquorum consuetudinis origine sermonem habere; &si extra rem nostram uideatur, atque a Galeno de accubitu nihil explicatum habeamus: haud praetermittendum est, quin sententiam nostram in medium proponamus, alias eam libentissime mutaturi, siquis meliori iudicio, ac eruditione praeditus, ueriorem aliquam, & magis rationi consentaneam demonstrauerit. Quod etenim maiores nostri mane exiguum quid comederent, quod prandium uocabant, & uespere tantum saturarentur, dum cenare dicebantur, (exceptis ijs, qui coitu usuri erant, quibus a medicis uespere cenare interdictum

A fuiſſe ſcripſit Ariſtoteles, & exceptis Syracuſanis, quos bis in die cibis impleri, quaſi res noua eſſet, tradit Plato) ſatis ab Horatio, 3. partic. Prob. 32. Martiale, Plutarcho, atque Galeno (ne multos alios nominem) Ep ſt. ad comprobatum eſt: ſed de his fuſius & melius in uarijs lectionibus Dionem. noſtris tractatum eſt. quod ſimiliter fere omnes dum cenabant in ſtratis accumberent, praeter lapides Romanos id clare oſtendentes, doctiſsimus Philander in ſuis in Vitruuium commentarijs auctorum antiquorum teſtimonijs clarum fecit, ut id amplius demonſtrandi laborem mihi omnem dempſerit. Ceterum unde nam hae duae conſuetudines principium acceperint & quomodo uere accumberent nemo, quem ego uiderim, ſiue ex antiquis, ſiue ex recentioribus ita appoſite & diligenter declarauit, quin poſteris dubitandi, & plura deſiderandi occaſionem reB liquerit. Quod uel ob rei obſcuritatem, uel ob neglectum euenerit, ignoro. Ego ſane utraſque illas, & accubitus ſcilicet, & unius in die cenae conſuetudines a balneorum uſu manaſſe exiſtimo. & primo quod ita de accubitu ſentiam, pluribus, ijſque non ſpernendis coniecturis adducor; quarum prima eſt, quod Homeri tempore, quando non adeo frequenter balneis utebantur, cenaturi ſedebant, ut in conuiuio Procorum apparet.

ἐς δ᾽ ἦλθον μνηςῆρες ἀγήνορες, οἱ μὲν ἔπειτα 1. Odyſſ.
ἑξείης ἕζοντο, κατὰ κλισμούς τε τρόνους τε:
id eſt,
At Proci ingreſsi ſunt, qui mox inde ſuperbi
Ordine ſederunt ſcamnis, & ordine thronis

& ubi Telemachus, eiuſq. ſocius a Menelao hoſpitio accepti poſt C lotionem cenant ſedentes.

ἐς ῥα θρόνους ἕζοντο παρ᾽ Ἀτρείδην Μενέλαον:
id eſt,
Thronis ſedebant prope Atridem Menelaum,

ſicque tempore maioris Scipionis, ac Plauti creſcente paullatim balneorum uſu, una quoque huiuſcemodi accubitus incrementum, praeſertim apud Romanos cepit; neque tamen multum, 20. Etym. quando ſcilicet uiri tantum, & non mulieres, ut Vitruuius, Va- .. dip. noſ. lerius Max. & Iſidorus ex Varrone teſtati ſunt, accumbebant, nec cum ipſis lauabantur, & ſi Tyrrhenos una cum mulieribus ὑπὸ τῷ αὐτῷ ἱματίῳ accubuiſſe legatur apud Athenaeum. Nam & Ariſtotelis tempore Graecos diſcubuiſſe in publicis cenis credi poteſt ex eius in 7. Politic. ſcriptis, ubi puerorum in-

ſtitutionem tradens Iunioribus praecepit, ne tragoedias, aut D
iambos audirent, (priuſquam in commeſſationibus cum alijs diſcumbere (κατακλίσεως uoce utitur) ualerent: a Pompeij uero Magni aetate uſque ad Galeni, atque etiam Conſtantini Imperatoris tempora, cum in frequentiſsimo uſu balnea eſſent, nedum penes diuites, atque nobiles, uerum etiam quoſcunque alios, tunc omnes fere, atque etiam mulieres cenantes ſimul accumbebant, ſicuti hiſce uerſibus innuit Ouidius.

2. de arte amandi.
Ergo ubi contigerint poſiti tibi munera Bacchi,
Atque erit in ſocij femina parte thori. &,

lib. 1. amorum. Eleg. 4.
Cum premet ille torum, uultu comes ipſa modeſto
Ibis, ut accumbas.

lib. 2. ca. 2.
& ſicuti Valerius idem de aetate ſua ſcribit. Quamquã apud Graecos numquam mulieres accubuiſſe iij. Verr. tradit Cicero, & apud E
Romanos diuerſo ſitu mulieres a uiris accumbentes cenaſſe rationi conſentaneum eſt: non ſolum, quod honeſtatis, atque dignitatis utriuſque ratio ita poſtulaſſe uidetur, ſed quia in Romanis lapidibus, in quibus mulieres cum uiris accumbentes repraeſentantur, illae certe figura quadam ab ipſis aliquo pacto diuerſa, quaſique ſedentes, & nulli alteri rei cubitis innixae accumbentes, & edentes conſpiciuntur. At quo pacto uiri accumberent, operaeprecium me facturum auguror, ſi poſtquam locus inuitat, breuiter explicuero. Viros enim ſcribit Plutarchus, in prin-

5. Symp. Prob. 6.
cipio cenae cubito ſiniſtro innixos pectoribus (ita interpretor πλατεῖς) menſam, ut plurimum tetigiſſe: quo ſola dextera manu illam circumire poſſent, in fine uero ſe ipſos in latus ita, ut F
acutam corporis figuram, redderent, uertiſſe. οὐ κατ' ἐπίπεδον, ἀλλὰ κατὰ γραμμὴν τῆς χώρας ἁπτομένους. ideſt, non ſecundum latitudinem, ſed longitudinem locum tangentes. Quam etiam rem Alexander ille, ſiue ſit Aphrodiſienſis, ſiue Trallianus (ut magis ſuſpicor) libro problem. primo problem. 82. clariorem facit: ubi inter alias cauſſas, ob quas ueteres in principio cenae arctius accumbebant, hanc eſſe unam putat, quod tunc ἐπὶ τὸν θώρακα καὶ τὰ πλάτη τοῦ σώματος diſponebantur: ſatiati uero ἐπὶ τὰ πλάγια uertebantur. ita, quod ubi edebant, capite erecto ac humeris, ſpina uero dorſi modice reflexa, ac reliquo corpore reſupine locato, & iacente manebant. dum autem multa loqui uolebant in latera uerſus auditores uertebantur, ob quod Iuuenalis.

A *Nam plurima dixit*
In laeuam conuersus, at illi dextra iacebat Saty. 4.
Bellua; sic pugnas Cilicis laudabat, & ictus
Et paegma, & pueros inde ad uelaria raptos.

saturati pariter interdum unum in latus, nonnumquam supra dorsum supini, saepe more sedentium sese componebant. Sertorium enim cum molestas importunorum conuiuarum rixas, & fraudulenta conuicia auersaretur mutata discumbendi forma sese supinum locasse, atque inde facilius ab iniquissimis, qui in eum coniurauerant, conuiuis trucidatum esse in ipsius uita narrat Plutarchus. Quod accubitus in mensis apud ueteres hunc in modum fieret, praeter allata scriptorum testimonia locupletissimam fidem unicuique facere possunt duae, quas infra ponen-
B das curauimus, picturae, quarum alteram ad tripodem coenantium, ut plerumque solebant, Ligorius maximae auctoritatis antiquarius ex uetustis monumentis communicauit, alteram ex antiquissimo, & omnium rarissimo marmore, quod in Paulli Rhamnusij uiri optimi, ac bonarum litterarum, omniumq. pulcherrimarum rerum studiosissimi, luculentis aedibus Patauij conspicitur, accurate, & fideliter repraesentari fecimus. Ex hac namque postrema, non modo sententia nostra, de uera accubitus forma, quam primi forsan omnium Romae Octauio Pantagatho, Onuphrio Panuino, alijsq. grauissimis uiris, & postremo Patauij Ligorio, absq. marmoris ullius testimonio, ac sola coniectura proposuimus, librorumque auctoritatibus tutati sumus, apertissime confirmatur, quaeque fuerint ueterum triclinia per-
C spicuo cognoscitur, immo uero Lambini, ac aliorum qui ex ingenijs accubitum uarijs modis describere aggressi sunt, opiniones refelluntur, simul plura scriptorum obscura & praeclara loca illustrantur, ut non immerito debeant cuncti bonarum artium, & antiquitatis amatores in primis doctissimi uiri Io. Baptistae, qui lapidem comparauit, Manibus; tum Paullo Rhamnusio filio, qui eum egregie custodiuit, & nobis indicauit, immortales gratias agere. Etenim ei quod Plutarchus de loco consulari, nec non de tribus tricliniorum mensis disseruit, iam non obscurum est, quam mirifice quadret proposita triclinij Rhamnusiani figura. Similiter, & quae ab Horatio de conuiuarum situ uarijs in locis narrantur, non aliunde melius intelligi possunt, praesertim quando scribit. 1. de symp. probl. 3.

lib. 1. Sat. 4. *Saepe tribus lectis uideas coenare quaternos*
E quibus unus auet, quauis aspergere cunctos
Praeter eum, qui praebet aquam.

Quem locum dum Lambinus exponeret, cur antiquos consueuisse in quolibet lecto magna ex parte quaternos cenare palam asseruerit, sane miror, quasi non sit cuiq. perspectissimum leges extitisse quae numerum conuiuarum nouem excedere uetabant, sicut & adagium illud uulgatissimum, septem conuiuium, nouem conuicium, attestatur. Quinimmo Iulius Capitolinus refert L. Verum Imperatorem praeter exempla maiorum, cum duodecim solemni conuiuio primum accubuisse, ita ut prioribus saeculis potius ternos, atque pauciores adhuc singulo lecto conuiuas discumbere solitos fuisse conuincatur: nisi epula publica, & nuptiales cenas excipiamus, in quibus cum magna hominum E copia côueniret, nequaquam accûbentiû numerus seruari poterat, ut ex Plutarcho, ac Rhamnusiano lapide colligitur; quo uel
5. Symp. 5. epulum publicum, uel nuptialem coenam repraesentari non est dubitandum. Quod autem Turnebus, & Lambinus idem de puero aquam praebente sunt interpretati, equidem non improbo. at forsan nec absurdum fuerit, si Flacci uerba de eo puero exponantur, quem tam omnes fere mensarum sculpturae antiquae, quam poetarum testimonia conuiuijs semper frigidam, & calidam praebuisse ostendunt, quemq. cunctos, ne ab ipso male tractarentur, reueritos esse, & ab eo mordendo abstinuisse uerisimile fit. Iam uero Maria Magdalena ut stans retro pedes Christi coenâtis lauerit, atq. Ioannes supra eiusdem Christi pectus recubuerit, ex hac eadem Rhamnusiani triclinij figura, secus quam pictores antiquarû rerû ignari faciant, sine labore conijcitur: quemadmodû nec arduû est ꝑcipere quid Martialis significare hoc disticho uoluerit. F

lib. 5. *Omnia cum retro pueris obsonia tradas*
Cur non mensa tibi ponitur a pedibus?

Siquidem cenantibus alte iacentibus spacia retro relinquebantur, in quibus seruis uaria ministrantibus multa offerre, & oblata recipere facile erat. sed praeter alia mox dicta, triclinium hocce tria non adeo uulgata monstrat nobis. Vnum est, quod memoriae prodidit Varro. f. quo tempore usus camerae ignorabatur, uela ad excipiendum puluerem ne super mensas spargeretur, atq. dapes simul conspurcaret, & conuiuas, solita in triclinijs suspen-
Lib. 2, Satyr. 8. di, atq. ab Horatio aulaea uocata, his carminibus designari.

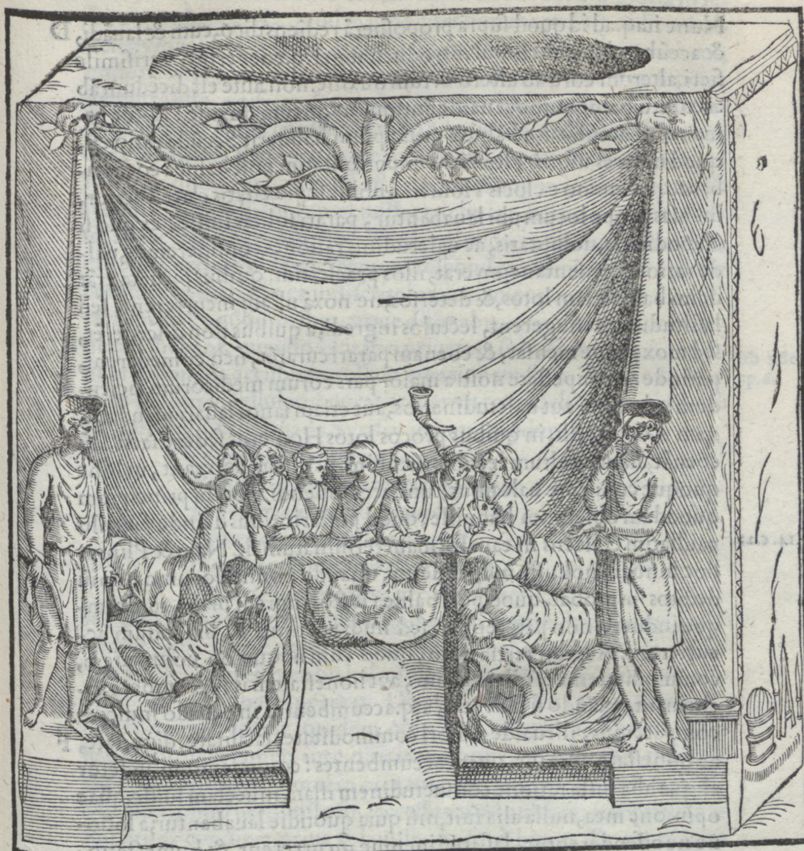
A *Interea suspensa graues aulaea ruinas*
In patinam fecere, trahentia pulueris atri
Quantum non Aquilo Campanis excitat agris.

quem morem hodie Principes & Monarchas seruare compertum est: apud quos, mensas sub quibusdam ueluti tentoriis sericeis parari saepe uidemus. Alterum est, quod in uarijs nostris lectionibus docuimus, nimirum priscis illis temporibus priusquam coronae ex floribus, herbis, & auro in usum uenirent, cenaturos, cum ad dolores capitis ex cibo & potu auerruncandos, tum ad ebrietatem compescendam, laneis, aut lineis uinculis tempora & frontem uincire solitos. quod minime puto absq. ratione fuisse excogitatũ, cum uenae arteriae, caeteriq. capitis meatus, quo magis coacti, atq. adstricti sunt, eo minus uapores a uino, & cibis sur

B sum elatos, simulque molestias uarias inducentes recipiant. Tertium est, id quod luculentissime Athenaeus tractauit, apud quem scriptum & probatum inuenitur, priscos illos primum cornibus boum potasse, indeq. κεράσαι, id est temperare uinũ aqua ἀπὸ τῶν κεράτων id est, a cornibus uocatum esse: tum cornua illa non solum auro, & argento ornata, uerumetiam argentea, & aurea esse facta, illisque conuiuas sibiipsis mutuo propinare consueuisse: ut ex his omnibus iure colligendum uideatur, lapidem Rhamnusianum esse uetustissimum, in quo & aulaea, & conuiuarum cinctae laneis, seu lineis uinculis frontes, & cornu facta propinatio clarissime repraesentantur, una cum aliis instrumentis nonnullis in dextro margine expressis, quae aliis, in antiquitate explicanda magis uersatis, relinquo declaranda; quos etiam Dipnosophiston. II

C monitos cupio, ne si quae discumbentium, & mensarum figurae in hoc ipso triclinio minus integrae conspiciuntur, ulla admiratione capiantur, quoniam ut est hodie marmor ipsum uetustate corrosum, & pene deletum, repraesentare satius duximus, quam addentes aut dementes quicquam, fidem nostram suspectam reddere.


ACCVBITVS



MARMOREVM TRICLINIVM VETVSTISSIMVM Patauij, in Ædibus Rhamnusianis, post Curiam Vrbis Praefecti, in vico Patriarchae, ad Diui Petri.

Nunc itaq. ad id quod supra proposuerã rediens dico, cum & lauãdi, D & accũbendi mores simul introduci, augeriq. coeperint, uerisimile fieri, alterum eorũ ab altero ortum duxisse: non autẽ est dicẽdum ab accubitu balnea utpote ualde antiquiora, ortum duxisse: igitur remanet ut accubitus a balneis principium habuerit. Secũda ratio est, quod ueteres usq. ab Homeri temporib. statim post balnea coenitabant, quinimmo ex locis Homeri a nobis supra citatis clare elicitur, mensas prope locum ubi lauabantur, parari solitas fuisse. ex quo si cõmoditatis, uoluptatis, ac ualetudinis rationes consideremus, ualde rationi consentaneum erat, illos praesertim, quibus priuata erãt domi balnea, iam lotos, & detersos, ne noxã ullam incurrerent, sed lassitudinem effugerent, lectulos ingredi, a quibus non discederẽt, sed mox prope mensas, & coenam parari curarẽt, sicq. comederent, perinde ac tempestate nostra maior pars eorum medicorum faciendum iubet, qui aut ualetudinarios, aut etiam sanos lauari mandant, E nam κλισμοὶ illi, in quibus procos lotos Homerus sedere facit, dũ coenãt, haud multum lectulis accubitorijs dissimiles erant, ut hinc quoque coniicere ualeamus, tunc accumbendi morem principium quoddam obscurum habuisse; quod posterioribus deinde saeculis
Li. 14. c. 22. paullatim crescens in eam formam terminatum sit. Nam & Plinius hoc innuere uoluisse mihi uidetur, quando nonnullos uino nimiũ deditos improbat, quod post balnea lectos ingredi prius, tunicamque induere non paterentur; sed nudi protinus ad bibendum accurrerent. Accedit tertia ratio, quod cum neque ob uoluptatem, commoditatemue ullam aliam, aut honestatem ita accumbere inchoarint, quando si sedentes, atq. accumbentes in cenãdo inuicem comparemus, illi ualde maiori commoditate, facilitate, dignitate, F ac honestate utuntur, quam accumbentes: coniiciendum uidetur aliqua alia iusta ratione consuetudinem illam inuectam fuisse, quae opinione mea, nulla alia fuit, nisi quia quotidie lauabantur; a lotione ne offenderentur, lassitudinemue incurrerent, & humectatione balnei magis fruerentur, lectos ingrediebantur, atque ibi uel lacerna induti, uel nudi, ut in marmoribus aliquibus ostenduntur, mensas sibi ipsis apparari iubebant. Ex quo paullatim huiuscemodi consuetudine crescente factum fuit, ut non modo semper mensae, & lecti simul pararentur, uerum etiam magnum dedecus foret, si quis coenans non accubuisset, ut Martialis significauit, ubi Syriscum damnat, quod in popinis sellularijs non accumbens coenaret. Quod si quis sententiae nostrae id refragari uelit, quod uerisimile nequaquam uidetur in epulis publicis, in nuptijs, in cenis priuatis,

A uatis, ſemper balnea ante cenam adhibita, ut eorum gratia in lectis accumberent; & quod magna pars hominum in publicis balneis gymnaſiorum lauabantur; in priuatis uero domibus cenabant; unde neceſſe erat exeuntes ab ipſis indui, & praeterea minime credendum eſſe, artifices, & omnes denique, qui accumbendo cenabant, ſemper antea lauiſſe, quando praeſertim, ex Plauto, Terētio, & ex lapidibus Romanis ſcitur accubituris ſoccos & ſoleas detrahi ſolitum. quod argumentum eſt, eos non ſemper a balneis tunc diſceſsiſſe; & quādo ſimiliter conſtat triclinia a balneis ſeparata fuiſſe, atque lectos accubitorios, & cubicularios, in quibus dormiebāt, diuerſos exſtitiſſe. Huic primum reſpondeo, minime mihi plene conſtare, quod omnes indiſcriminatim ſemper accumberent, uti certum eſt de nobilioribus, atque ditioribus, qui priuatas domibalneas habebant, quando Horatio priuatam ſui ipſius uiuendi rationem exponens, accubitus nullam mentionem fecit, & quando Martialis eos qui in ſellularijs uocatis tabernis comedebant, minime accubuiſſe ſignificat, ubi de Syriſco in hunc modum loquitur,

B lib 1. Ser. ep. 6.

Infuſum ſibi nuper a patrono
Plenum Maxime centies Syriſcus
In Sellariolis uagus popinis
Circa balnea quattuor peregit.
O quanta eſt gula centies comeſſe.
Quanto maior adhuc nec accubare?

Sed eſto quod accumberent, quin etiam omnes lauarentur, minime negari poteſt, cum uel rariſsime, uel numquam de accubitu apud auctores mentio habeatur, quin lotionem quoque aliquo pacto nominari appareat. De publicis epulis, atque nuptialibus conuiuijs, fateor quidem omnes in ſtratis tunc accubuiſſe: haudquaquam tamen iure quis infitiabitur, quod etiam quilibet ante ſeparatim, aut ſimul in priuatis, aut publicis balneis non lauaretur: immo ueriſimile fit, acceſſuros ad publica, uel priuata amicorum conuiuia prius ſe lauiſſe, ne ſordibus in die neceſsitate quadam contractis infecti, ceteros mundiores perturbarēt, & propterea ipſis numquam non ſtratos fuiſſe lectos. Addo huic nequaquam me ſentire poſterioribus ſaeculis omnes propterea accubuiſſe cenantes, quia ſtatim e balneis exirent, ſed exiſtimo accubitus originem inde emanaſſe, quoniam antiquiores balneis egredientes ad iam contractam, aut futuram laſsitudinem uitandam poſt modicum temporis interuallum lectos intrarent, atque ibi modo nudi, modo lacernis, aliisue in id paratis ueſtibus induti cenarent, at-

C

que inde mox aucta balneorum consuetudine usque adeo accum- D
bendi morem creuisse, ut nobiliores in delicijs maximis eum habẽtes, lectos nunc marmoreos, nunc argenteos (quod de Heliogabalo ferunt) in id separatim exstrui curarint, neque in iis, in quibus tamen quamplures, (ut de Lucio uero Imperatore tradit Capitolinus, & praesertim pauperes dormire consueuisse puto) sed in cubicularijs uocatis dormire uoluerint. quem morem accumbendi postea uiliores, & pauperes ad ditiorum imitationem, tam a balneis quam illoti, ita frequentissimum effecerunt, ut Columella praecipere coactus sit, ne uillicus nisi sacris diebus accumbens cenaret; in qua re non secus contigit, ac euenisse conspicitur in balneis, atque plurimis alijs rebus, quae in honestum usum, & quasi necessitate quadam primum repertae, deinceps ad luxum, lasciuiam, uoluptatem, aliosque usus traductae fuerunt. Quis est, qui nesciat ueteres E
in cõuiuijs omnes prope excogitasse uoluptates, nihilque reliquisse, quod ad deliniendos animos faceret? sic enim sermones conuiuales ad animi intelligentias afficiendas magno studio inuenerunt, ad auditum oblectandum musicae uaria genera adhibuerunt, unguenta pretiosissima odoratui dicarunt, sicut, & coronas ex folijs, floribusq contextas, quas modo manibus, modo collo, modo capite ut lapides Romani, Plutarchus, Galenus, & Clemens Alex. testantur, tenebant; quo fragrantia, & colore naribus, atque oculis arriderent, somnum conciliarent, ebrietatem uitarent. quantum porro cibis, & potibus delicatissimis conquirendis studium adhibuerint, non modo fidem faciunt sexdecim illa eduliorum genera, ut ex Varrone refert Gellius, a longinquis regionibus Romã aduecta, atque alia quamplurima a Iulio Polluce nominata, uerum etiã mul- F
ta, & prope innumera Auctorum de re coquinaria commentaria ab Athenaeo citata. De antiquorum in die semel tantum sese cibis implendi cõsuetudine, eius etiam opinionis sum, quod cũ ad emundanda corpora quotidie ante cibos, ut superiori capite diximus, ueteres lauari cogerentur, & a lotione lectos ingrederentur, uix semel comedendi in die otium ipsis suppetebat: quoniam si priuata cuiusque negotia spectemus, si & exercitationum, & balneorum, accubitusq. apparatum consideremus, magna temporis pars ipsis insumitur, ut si bis in die saturari uoluissent, aut negotia omittere, aut balnea interdum uentre pleno adire, aliosq. multos errores, & in ualetudine, & in alia uitae ratione committere fuissent coacti. Comedendi uero horam, & modum balneorum tempore, atque commoditate metiri institutum fuisse possumus a Galeno intelligere,

[Margin notes: lib. 11 de re rust. c. 1. — 3. Symp. Prob 1. 6. de simp. cap. de anetho. 2. Paeda 3. cap. 8. — li. 7. ca. 16. — 6. de tu. ua.]

gere,

A gere, qui si interdum ob aegrotantium inspectiones tardius se lauandum dubitabat, panem mane sumebat, quo cenae tempori sufficere ualeret, quando alij simili de caussa, panem, uinum, oliuas, aut quid aliud capiebant, uti non modo Galenus fassus est, sed etiam Horatius, ubi de se scribit.

Pransus non auide, quantum interpellet inani
Ventre diem durare.

Quod porro uespertinam horam cenae dedicarint, in caussa fuisse praecipue uitae commoditatem existimo; siquidem difficile fuisset post exercitationes, balnea, & cibum, agẽdis rebus operam nauare; praeterea cum accumbentes cenarent, alij statim somno capiebantur, alij modico temporis spatio uigilantes dormitum ibant: ex quo ad haec omnia nulla opportunior hora quam uespertina inueniebatur; B quamquam etiam nonnullos, & praesertim medicos in hoc ualetudinis quoque rationem spectasse opinor, quando in nocte melius, quam interdiu, cibi conficiuntur, tuncq. perspicuũ est plus edendum, quando plus coquitur. Haec sunt quae de accubitus, & cenae antiquorum origine mihi παρέργως dicenda uolui.

De Auctoribus Gymnasticae, & gymnasiorum ministris. Cap. XII.



QVemadmodum ceterae artes proprios auctores habuerunt, qui earum facultates, regulas, atque usum scriptis mandarunt: similiter gymnasticam illis nequaquam caruisse constat, qui & ipsam uoluminibus illustrarint, C & ab obliuione uindicarint; sed factum est, ut quam iacturam plurimae res hominum subierunt, isti quoque auctores fecerint, quando quidem hisce temporibus neminem eorum habemus, quos Galenum, atque alios antiquiores uidisse, ac lectitasse certo scimus. Quis etenim aetate nostra Hippocratis, Dioclis, Praxagorae, Philotimi, Erasistrati, Herophili, & Asclepiadis de hac re scripta, a Graecis, atque Latinis auctoribus citata uidit? quorum praeclarissima commentaria nisi hodie desiderarentur, forsan haec ars, quae iã dudum pene abolita est, non minus ceteris dignitatis, atque splendoris haberet; neque nos hunc laborem ad lucem eam reuocandi assumeremus: praeterea Theonis de hac eadem libros, Diotimi gymnastae de exercitationibus, & sudoribus a Theophrasto celebrata commentaria: quibus dum nos carere considero, non magnopere commoueri nequeo, atque interdum etiam ab incepta

op era

opera ualde deterreri; sed haec dimittentes iam gymnasiorum mi- D nistros declaremus, inter quos primum locum tenebat gymnasiarchus, cuius munus erat toti gymnasio praeesse, & ueluti princeps quidam omnia moderari, tempus, & horas praescribere, ordinem ponere, & alia denique quae ad artium, & locorum publicorum principes spectant, sedulo curare: hunc Lydus paedagogus

In Bacc.

apud Plautum gymnasij praefectum uocauit, his uerbis: » Ante solem exorientem nisi in palaestram ueneras: » Gymnasij praefecto haud mediocres poenas penderes. » Ex quo loco gymnasiarchum colligitur in adolescentes, si quid peccassent, animaduertere magno Imperio consueuisse: ut etiam clarius in amatorio Plutarchus docuit. de hoc & Cicero in sexta Verrinarum: » Demoliendum curauit Demetrius gymnasiarchus, quod is loco illi praeerat. » Secundum locum habebat xystarcha. hic ambobus xystis, stadio, & deni- E que cunctis athletarum exercitationibus praeerat, ut scriptum reliquit Tertullianus in libro ad martyres, & ut ex inscriptione conijcitur, quae Romae in foro Traiani in basi statuae Graecis litteris notata a nobis sic latine reddita est.

DEMETRIVM. HERMAPOLITAM. ALEXANDRINVM. PANCRATIASTEM. PERIODI. VICTOREM. PALAESTRITAM. ADMIRABILEM ALIPTAM. PONTIFICEM. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVM. XYSTARCHAM. BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVM. PATREM.

M. AVREL. ASCLEPIADES. QVI. ET. HERMODORVS. ALEXANDRINVS. HERMOPOLITA F MAGNI. SERAPIDIS. AEDITVVS. PANCRATIASTES. PERIODI. VICTOR. ALIPTA. QVEM NEMO. DETRVDERE. POTERAT. INCVLPATVS. XYSTARCHA. FILIVS. PONTIFEX. TOTIVS. XYSTI. PERPETVVS. XYSTARCHA. ET BALNEIS. AVGVSTI. PRAEFECTVS.

Ab hoc, sententia mea, diuersus fuit Praefectus luctae a Galeno ἐπιστάτης παλαίσματος uocatus, qui perinde, ac Paedotriba quidam luctantium dumtaxat magister erat, cum xystarchus plurium exercitationum moderator, uictorumque & omnium praemiorum decernendorum iudex foret. nominatur, & ab Hippocrate παλαιστροφύλαξ, nos custodem palaestrae dicere possumus; quod

6. Epidim. sect. 8. prope finem

non

A non ſolum ipſe luctaretur, uerum etiam palaeſtrae curam haberet. Agoniſtarcham uero eum fuiſſe puto, qui certaminum publicorum praefectus eſſet, quiue & in amphitheatris, & in gymnaſijs, ubi athletae in publicos ludos prodituri prius exercebantur, munus ſuum obibat. eius habetur mentio in hac uetuſta inſcriptione a Ligorio mihi communicata.

APOLLINI. INVICTO
SACRVM
M. AVRELIVS. M. AVG
LIB. APOLLONIVS
B AGONISTARCHA. COM
MODIANVS.

Poſt hos aderat Gymnaſtes, quem Galenus ſecundo de tu. ual. uoluit magiſtrum omnium exercitationum exſtitiſſe, qui eorum uires, ac potentias ad ſanitatem conducentes callens, quo modo fieri deberent, quam diu, & quae quibus conuenirent, tam athletas, quam ceteros omnes exercitatores edocebat; eo quod uel medicus eſſet, uel medico in multis par, ut ex Platone xj. de legibus colligitur. ubi ſi quis ſeruum aegrum medico, aut gymnaſtae uendat, non eſſe redhibendum uult, quaſi uterque languentes ſanis digno ſcere ſcire debeat. hunc Xenophon, ut refert Iulius Pollux, Progymnaſtem appellauit, Plato uero Paedotribam, referēte Galeno, C uocare maluit. is enim in tertio de republica Herodicū medicum qui primus gymnaſticam medicinae iunxit, Paedotribam nominauit, & in Protagora ita ſcriptum reliquit: ἔτι τοίνυν πρὸς τούτοις εἰς παιδοτρίβας πέμπουσιν, ἵνα τὰ σώματα βελτίω ἔχοντες ὑπηρετῶσι τῇ διανοίᾳ χρηστῇ οὔσῃ. i. Praeter haec adhuc ad paedotribas mittunt, ut corpora meliora habentes menti bonae exſiſtenti inſeruiant. Galenus tamen in conſilio pro puero epileptico paedotribas rudes, & bardos, ac ex ignaris hominibus electos fuiſſe tempore ſuo, tradit. Ἀλείπτην quoque ab Ariſtotele 2. Ethic. capit. 6. a Paulo Aegineta ἰατραλείπτην, & a Latinis Aliptam hunc eundem uocatum reperio: ſi quidem Celſus, ubi dixit ſanum hominem nullis ſeſe legibus obligare debere, neque medico, neque alipta egere; nullum alium niſi gymnaſtam intelligere uoluit; ſicuti etiam Cicero in epiſtola quadam ad Lentulum, in qua haec ſcripta repeeriuntur: Sed uellem non ſolum ſalutis meae, quemadmodum medici,

[Margin notes: In lib. ad Thraſ. — In lib. ad Thraſ. — lib. 3. c. 47 — lib. 1. c. 1.]

" dici, sed etiam, ut aliptae, uirium, & coloris rationem habere uo- D
" luissent. Ex quo Clemens Alexandrinus vj. Strom. dixit, sanitatem per medicinam, bonam uero corporis habitudinem per alipticam comparari: quamquam etiam aliquando pro unctore ipso, uel pro unctorum magistro aliptam accipi sciam: ut apud Plutarchum in libro de tuenda ualetudine, & Coelium Aurelianum saepius uidere est. quo in casu Hippocratem ἐζαλειπτὴν potius dicere uoluisse, notat Galenus in linguarum explanatione. Post Gymnastem erat

In lib. ad Thars.

Paedotriba, qui licet secundum Platonem ab eo differre non uideretur, Galenus tamen eos ualde diuersos fuisse scribit, dum Gymnastam medico & Imperatori, Paedotribam militi, & coquo assimilat, merumque gymnastes ministrum nuncupat. nam sicuti miles nihil eorum, quae ad bellicam scientiam pertinent, & coquus eorum, quae ad medicinam, nouit, sed alter Imperatoris, alter me- E dici dumtaxat mandata exsequitur, pariter Paedotriba exercitationum omniũ facultates ignorabat, gymnastaeque praecepta solum faciebat, utpote qui & usum, & differentias, & modum exercitationum experientia quadam calleret, sed ob ignorantiam saepenumero aberraret, ut innuere uoluit Galenus in libello de puero Epileptico, ubi dixit difficile fuisse prudentem paedotribam inueniri. Hanc gymnastae, & paedotribae differentiam Aristoteles quoque philosophus cognouisse uidetur, dum 8. Politicorum concludit, Adolescentes gymnasticae atque paedotribicae tradendos fore: quarum altera qualem quendam facit corporis habitum, altera

Cap. 3.

operationes; & quarto Politic. loco antea citato dicit: μηδὲν ἧττον τοῦ παιδοτρίβου καὶ τοῦ γυμναστικοῦ παρασκευάσαι τε, καὶ ταύτην ἐστὶ τὴν δύναμιν. Gymnastes itaque erat praefectus exercitationũ, F paedotriba uero minister, & panifici, coquo, ac aedificatori proportione respondens, facere panes, obsonia, aedes scientibus quidem, minime tamen, quid in ipsis optimum sit, quid non optimum, intelligentibus, quamue facultatem ipsorum unumquodque ad sanitatem haberet, non dignoscentibus. Haec duo nomina apud Homerum non exsistere narrat Galenus: quod, ut antea declarauimus, semina dumtaxat artis gymnasticae tunc temporis apparebãt, neque ars ad regulas ac formam redacta, & proinde neque artifex, & minister erant. Aderat & Sphaeristicus, eorum, qui pila ludebãt,

2 de tu nal.

institutor, ac ueluti paedotriba, quiue, secundum Galenum, omnem pilae iactum, exceptum, repulsumue callebat, minime tamen, quem corpori affectum parerent hi, noscebat. Aderant serui fricandis corporibus destinati, qui ad praescriptum gymnastae, aut

paedo

A paedotribae modo nudis manibus, modo unctis, modo cum linteis alias duris, alias mollibus, alias aſperis, alias mediocribus, uario, ac diuerſo modo, prout opus erat, corpora fricabant. Poſt hos erant & reunctores ita a Plinio, ac Celſo nuncupati, quod corpora iam exercitata ungerent, reungerentue. hos, fuere qui crediderint, a Paulo Aegineta ἰατραλείπτας uocatos: ſed decepti ſunt, cum alium fuiſſe ab his ἰατρολείπτην oſtenderimus. Mediaſtini quoque gymnaſijs miniſtrabant pauimenta euerrentes, necnon multa alia pro ſeruitijs gymnaſiorum obeuntes. Pyrrhus Ligorius inter alia antiquitatis eius praeclariſsima monumenta hanc inſcriptionem habet, in qua Mediaſtinorum fit mentio. Lib. 3. c. 45.

DIS. MANIBVS. S.
B TITO. FLAVIO. OLENO
SERVO. ET. PROCVRAT
BALNEI. T. FLAVI AVG
VCT. MEDIASTINO
VIX. ANN. XC. MEN
VII D. VIIII.
T. FLAVIVS. T. L
POLYMNESTVS
MEDIASTINVS
AVG. N. FAC. CVR

Aderant ſerui balneares, lotos in balneis primo cum ſpongijs, modo
C purpura tinctis, ut refert Plinius, modo candefactis, deinde cũ linteis exſiccantes. hos quoque arbitror ego conſueuiſſe ſtrigilibus corpora exercitatorum diſtringere, atque a ſtrigmentis depurare. Aderant pilicrepi, qui ſphaeris pice oblitis curabant, ne ignis balneorum exſtingueretur. quidquid alij dicant, qui pro pilicrepis luſores pilae, utpote obſtrepentes, intelligendos putant, male ſententias Martialis & Statij, de quibus nos locis ſuis loquemur, interpretantes. Alipili, qui (vt refert Seneca) ad uellendos ab aliquibus corporis partibus, & praeſertim alis pilos adhibebantur: niſi uelimus, ut docti uiri cenſuerunt, pedierepos, & alipedos apud Senecam legere, quaſi in gymnaſijs eſſent, qui a pediculis homines purgarent, & inter occidendum ipſos magna uoce ſingulos enumerarent, ita ut Seneca ab huiuſcemodi uocibus offenderetur. quorum tamen ſententiam non probo, quod Iuuenalis certo teſtatum faciat, fuiſ- Epiſt. 57.

ſe

se in thermis, qui ab alis pilos auellerent, ubi seruos suos describens D Persico ait:

Sat. II.

Nec pugillares defert in balnea raucus
Testiculos, nec uellendas iam praebuit alas.

Lib. 14. ca. 20. lib. 29. cap. I.

Atque hos modo uolsellis ad id obeundum usos esse: nunc resina, (hanc enim in euellendis uirorum corporibus pilis maximum honorem obtinuisse confitetur Plinius) nunc psilothris, opinor. quando narrat Suidas in conlectaneis, Ephoros, morum apud Lacedaemonas censores, coactos aliquando fuisse, lege, & edicto cauere, ne in balnea inferretur pix, utque omnes depilatores exploderentur. Ianitores quoque gymnasiorum unum quodque habuit; Fornacatores, de quibus supra locuti sumus. Ministrabant praeterea gymnasijs uariarum rerum uenditores, ut possent illi, qui in ipsis uersabantur, & cupiditatibus, & necessitatibus satisfacere. inter quos E adnumerantur a Seneca libarij, hoc est, ut prudenter notat Rhodiginus, liba uendentes, botularij, crustularij, &, quoniam inter exercendum saepe uulnera, contusiones, contorsiones, luxationes, multaque alia fieri solent, ob id gymmnasia medicos similiter habuisse opinor, qui mane & uespere huiusmodi casibus occurrendi, atque medendi gratia praesto adessent, quemadmodum & in ludis, seu publicis spectaculis. quod eo magis uerum puto, cum Romae inuentae sint hae duae antiquae marmoreae inscriptiones, quibus medici ludi Matutini, & ludi Magni explicata habetur mentio.

DIS.MANIBVS
M.CALPVRNIO.M.F.MEN F
VOSENNIO
VIX.ANN.XXX.M.IIX
M.CALPVRNIVS.M.F.MEN
HILARIVS.MEDICVS
LVDI.MAGNI
FRATRI.PIISSIMO.FEC

EVTYCHVS.AVG.LIB.NERONIANVS.MEDICVS.LVDI
MATVTINI.FECIT.SIBI.ET.IRENE.LIB.CONIVGI
CARISSIMAE.BENEMERITAE.ET.LIBERTIS
LIBERTABVS.Q.POSTERIS.Q.EORVM

Qui

A Qui autem essent ludi Matuniti, & Magni, ita proditum inuenio, quod spectacula, quae ad populum fiebant, partim mane, partim post prandium, quod in urbe publicedabatur populo, edebantur. Mane belluarum inter se, & hominum cum belluis certamina proponebantur, ut ex Seneca epist. vij. necnon in fine tertij libri de Ira cuiuis perspectum esse potest. Post prandium hominum inter se pugnae committebantur: quod genus gladiatorium munus apud Historicos saepe nominatum inuenitur: de quo etiam meminit idem Seneca epist. vij. Illos, qui aduersus bestias certabant, bestiarios; gladiatores autem meridianos a Suetonio in Claudio uocatos, facile est intelligere. Cur autem meridianum spectaculum sit uocatus ludus magnus, existimo caussam; quia maior pars spectatorũ confluebant ad uidenda hominum, quam bestiarum certamina: ut B iure omnes, & praesertim Seneca hanc populi in spectandis homicidijs delectationem sint insectati. Non est tamen illud ignorandum, scholas quasdam Romae magnos, & matutinos ludos esse uocatas, forte quod in illis meridie, in his mane homines exercerentur. Concludo igitur gymnasia hos omnes habuisse ministros, gymnasiarcham loci principem, xystarchum, athletarum magistrum, gymnastam omnibus exercitijs praefectum, atque non ignobilem, cum eorum facultates pro sanitate, modum, & tempus utendi ac alia dignosceret. Subiecti gymnastae multi erant ministri, paedotriba qui palaestrae ministrabat, exercitationibus luctae praefectus, sphaeristiricus, fricator, reunctor, & mediastinus, pilierepus, alipilus, Ianitor, fornicator. Atque haec de gymnasijs antiquorum a nobis satis dicta sint.

C

De trium gymnasticae specierum differentijs, bellica, legitima siue medica, & uitiosa seu athletica. Cap. XIII.



QVICVMQVE artem, aut rem aliquã sibi exacte tractandam proponunt, operaepretium est, ut non modo illius naturam, atque singulas condiciones explicent, uerum etiam illam ab aliis, quae similem naturam perinde, ac nomen obtinere uidentur, ita distinguant, ne lectores aequiuocatione decepti uel circa res ipsas insigniter decipiantur. & ideo cum nos gymnasticam ueram tractare proposuerimus, quae medicinae pars esse definita iam a nobis fuit, aliaeq. sint gymnasticae circa eadem fere uersantes: necessum arbitror de his ipsis sermonem facere, quo habito possit diuersitas omnium facillime internosci. repetentes igitur quae superius diximus, tres statuimus

gymnasticae totius species gymnasticam ueram seu legitimam (ut D
Galeni more loquar) bellicam, tertiam uitiosam a Galeno nuncupatam: hae omnes licet circa easdem fere humani corporis exercitationes tractationem, operationemq. habeant, nihilominus finibus, quorum gratia singulae institutae sunt, magnopere, sicut etiã supra monstrauimus, differunt. Nam gymnastica simplex & medicinae pars id solum curat, ut homines exercitationum moderatarũ ope, & sanitatem acquirant tueanturue; & bonum habitum adipiscantur; ὁμολογῶ (dicebat Plato) μὴ τὰ πολλὰ, ἀλλὰ τὰ μέτρια γυμνάσια τὴν εὐεξίαν ἐμποιεῖν τοῖς ἀνθρώποις, idest, Fateor haud multas, sed moderatas exercitationes hominibus bonum habitum inserere.

in lib. de Philos.

Hoc ita esse quoniam Galenus tũ in libello ad Thrasibulum, tum in libris de tuenda ualetudine non minus copiose, quam luculenter demonstrauit, & nos quoq. superius aliqua ad hanc spe- E
ciem pertinentia declarauimus, haud amplius in ea celebranda uerbis immorabor, sed ad Bellicam transibo: cuius unũ studiũ erat homines pueros atque etiã apud nonnullos mulieres earundem exercitationum adiumento ita disponere, atque aptare, ut & in bello sese fortiter gerere, & hostes propulsare, & patrias tueri, & omnem denique militarem peritiam tenere ualerent. quamuis enim haec quoque sicut & superior bonum corporis habitum compararet, & sanitatem quodammodo tueretur, quia tamen proprius illius finis erat homines bellis gerendis idoneos atque fortes efficere, propterea eandem nõ esse satis aperte constat. quod uero bellica gymnastica nullam aliam naturam habeat praeter a me explicatam, locupletissimum testem Platonem in medium afferam, qui in septimo de legibus (postquam declarauit iuuenum, & puerorum edu- F
cationem maiorem partem in rebus pub. obtinere) decernit publicos magistros habendos, qui gymnasticam pueros, atque puellas, & uirgines edoceant, quod ad assequẽdam militarem peritiam, nil melius palaestrica & saltatoria gymnasticae partibus inueniatur, id quod etiam elegantissime in tertio de repub. & alibi saepe prosecutus fuit. Post Platonem Aristoteles similiter gymnasticam bellicam in octauo Politicorum expresse indicauit, ubi tam eas, quae athletarum habitudinibus corpora iuuenum deformare, & eorum augmentationem impedire student Ciuitates, quam Lacones efferatos laboribus adolescentes efficientes reprehendit, eamq. pueris gymnasticam tradendam consulit, quae mitioribus laboribus, & magis mansuetis exercitationibus illos robustos, & in bellicis negotijs uere fortes reddere queat. de hac gymnastica clare locutum

Ga-

A Galenum non reperio, nisi uelimus ipsum dum legitimam cele-
brat sub ea istam comprehendere, quod & ipsa bono habitui com
parando incumbat, licet ad bellicam peritiam & aptitudinem cun
cta sua studia dirigat; atque illi qui medicinae gymnasticae ope-
ram nauant, etiam dum oportet, bellica uti ualeant. Vegetius inter
latinos quantopere conferret haec gymnastica militiae, quomodo
que addiscenda, atque exercenda sit, in suis de re militaris libris lu-
culenter edocuit: ut non sit ulli dubitandum, quin huiuscemodi
ars apud Graecas, & Latinas nationes in pretio habita fuerit. Prae-
ter has duas est etiam gymnastica alia uitiosa, & athletica a Galeno
nuncupata, quae hominibus robustis efficiendis (talis enim fuit Mi
lo Crotoniata, & athleta ille, quem Olympiodorus quarto metheo
rolog. cap. de duro & molli τὰ ξύλια comminuere solitum scri-
B psit) quo in certaminibus uincere, & praemia, ac coronas mereri
possent, operam nauabant, quamue pluribus nominibus apud au-
ctores uocatam inuenio. Nam Graeci modo ἀγωνιστικὴν, modo ἱε-
ροὺς ἀγῶνας, modo ἀθλητικὴν, modo γυμνικὴν appellant. Latini
alias gymnica certamina, alias sacra, alias ludos, alias gymnicos lu
dos, alias athleticam artem dicunt. Prout huiuscemodi certamina
in honorem alicuius Deorum celebrabantur, uel sacra certamina,
uel ἱεροὶ ἀγῶνες dicebantur: eorumq. exercitatores aliquando sa-
crorum certaminum athletas uocatos inuenio, ut apud Xenophon
tem in libro de dictis & factis Socratis: ὥσπερ οἱ τῶν γυμνικῶν ἀγώ-
νων ἀθληταὶ ῥαδίως πρωτεύσαντες ἀμελοῦσι τῆς ἀσκήσεως, idest,
Queadmodum gymnicorum certaminum athletae facile primas
tenentes, exercitationem contemnunt, alijs uero nominibus uoca
C bantur, quando aut in amphitheatris, & circis ad oblectandum po
pulum peragebantur; aut in gymnasijs, uel aliis publicis locis ex-
ercitationis gratia dumtaxat fiebant, nomen hoc tamen omnes se- Lib. ij.
cundum Iulij Pollucis sententiam huiuscemodi certatores commu-
ne habuisse reperiuntur, quod athletae ut plurimum uocati sunt
simplici nomine uel a fine, qui ἆθλον, siue praemium erat, cui ope-
ram nauabant, uel ἀπὸ τοῦ ἄθλου idest a certamine nisi potius (quod
maluit Galenus) dicamus nomen illud ἀπὸ τοῦ ἀθλίου, siue ἀπὸ τῆς In suas ad bo. ar
ἀθλιότητος deductum, ad significandam huiusce generis homi-
num incredibilem miseriam, quod tamen non est necesse credere.
Dixi quoscumque exercitatores tales gratia praemij certantes sim-
plici nomine athletas appellatos, quoniam Plato etiam in gymna
sticae bellicae professoribus interdum eo nomine, sed non simpli-
ci utitur, immo fere semper aliquid apponit, sicuti in. 3. de Repu.

ubi athletas ueros a bellicis distinguens ita inquit: κομωτέρας δ' ἔτι-D νος ἦν δ' ἐγὼ ἀσκήσεως δεῖ τοῖς πολεμικοῖς ἀθληταῖς, οὕς γε ὥσπερ κύνας ἀγρύπνους τε ἀνάγκη εἶναι, idest, Elegantiore quadam exercitatione, inquam ego, athletis bellicis opus est, quos tamquam uigiles canes esse necessarium est. & rursum septimo de republi. τὸ δὲ δ' ἐννοῶ λέγων ἅμα, οὐκ ἀθλητὰς μέντοι πολέμου ἔφαμεν τούτους ἀναγκαῖον εἶναι νέους ὄντας; idest, hoc autem inter dicendum mihi in mentem uenit. Nonne belli athletas iuuenes esse debere diximus? Atque alibi similiter. Ex quibus omnibus apparet, quod, ubi Plato athletas appellat gymnasticae bellicae exercitatores, semper apponit, παλεμικοῖς, uel πολέμου, uel aliud, ut in fine septimi de legibus, τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, non ob aliā rationē, nisi ut eos ab athletis ueris distinguat. Quare concludens dico, primae, & secundae gymnasticae professores numquam proprie athletas uocari, sed E tantum professores tertiae, quo nomine uere proprie palaestritas, pugiles pancratiastas ceteros, gratia praemij certantes, minus proprie uocatos fuisse confitetur Galenus primo de alimentorum facultatibus libro. qui palaestritae, & reliqui, cum id solum propositum haberent, ut ad certamina se compararent, in quibus interdū totum diem, aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogebantur, iccirco cibo indigebant corruptu & euaporatu difficili, cuiusmodi est cibus ex suillis carnibus, quibus soli ueri athletae uescebantur, atque tales erant, qui in ludis, in amphitheatris, & etiam in alijs locis ob praemium, & gloriam certabant, in hoc a ceteris diuersi, quod solum uincere, & coronam assequi studerent, cum alij uel bono habitui corporis acquirendo, & sanitati tuendae; uel militari fortitudini, & peritiae acquirendae intenderent, quos simpliciter gym F nasticos, & exercitatos, uel athletas bellicos nuncupari inuenio. ex quo colligitur alium esse simpliciter athletam, alium simpliciter gymnasticum, necnon tres fuisse artes in exercitationibus uersantes communi nomine gymnasticae uocatas, quarum medica omnibus magis proprie ita dicta fuit, altera nempe bellica (apud medicos loquor, quod alij forsan hanc primariam effecerint) minus; tertia omnium minime, nimirum, quae, a praedictis degenerans, uitiosa appellata sit: quaeue robori, non sanitati operam daret: robur enim diuersum habitum a sanitate exigere, testis est Aristoteles viij. sect. problem. vj. quo in loco pinguem habitum robori, sanitati uero rarum conuenire scribit.

A *De uitiosa Gymnastica, siue Athletica.* Cap. XIV.



POSTQVAM de bellica gymnastica, atq. etiā de gymnastica simplici, quātum ad praesens negotium spectabat, satis diseruimus, iam opportunum erit de athletica sermonem habere. quę quoniam temporibus Galeni, atq. etiam superioribus maximam auctoritatem sibi uendicauerat, ideo ei opus fuit, ut eam longissima oratione, atque impurissimis contumeliosissimisq. uerbis insectaretur. quod quam sapiēter simul ac iuste fecerit, ex his quae de illius professorum moribus aliisq. conditionibus dicturus sum, facillime clarum futurum spero. & ut a principio exordiar, Plinius auctor est gymnasticos ludos a Lycaone, athleticam ab Hercule olympiae inuentam fuisse: ut tota haec ars B duos parentes habuerit, qui tametsi insignes fuerint, atque artem illustrē & admiratione dignam primo condiderint, illa tamen longo postea temporis interuallo, atque prauis hominum moribus ita corrupta, ac adulterata est, ut uerius κακοτεχνίας, quam artis nomē ei conuenisse dixerit Galenus, si quidem illius exercitatores dum spe uictoriae, & praemij (quorū gratia qui certabant omnes, athletas uocatos proprie docuimus) corpori incrassando, roboriq. comparando nimium incumbebant, mentem etiam crassam, sensusq. omnes hebetes, torpidos, ac segnes reddebant. unde non immerito Plato athletas somnolentos, segnes, ignauos, desides, uertiginosos, tandemq. morbosos nuncupauit: Hippocratem medicum secutus, qui habitus athletarū ueluti periculosos, maximisq. aegritudinibus obnoxios ubiq. detestatus est, sicut & Plutarchus eos saxis atq. C gymnasiorum columnis similes effecit, alias item confessus quod Graecis nihil aliud mollitiem, atq. seruitutem inuexerit, nisi haec gymnastica uitiosa, cuius opera torpentes atque relanguescentes ab armis delapsi sunt, contenti pro strenuis, atq. fortibus militibus seipsos bonos palaestritas, & athletas dici. Porro hanc rem ita esse nemo sane dubitabit, si totam eius naturam breuissima oratione ab Aristotele explicatam perpenderit: is enim in primo Rhetoricorū libro de Agonistica (sic etiā athleticam appellatā superius diximus) haec scripta reliquit: ἀγωνιστικὴ δὲ σώματος ἀρετὴ σύγκειται ἐκ μεγέθους καὶ ἰσχύος καὶ τάχους, καὶ γάρ ὁ ταχὺς ἰσχυρὸς ἐστιν, ὁ γὰρ δυνάμενος τά σκέλη, καὶ ῥίπτειν πως, καὶ κινεῖν ταχὺ καὶ πόῤῥω, δρομικὸς. ὁ δὲ θλίβειν, καὶ κατέχειν, παλαιστικὸς, ὁ δὲ ὦσαι τῇ πληγῇ, πυκτικὸς, ὁ δὲ ἀμφοτέροις τούτοις, παγκρατιαστικὸς; ὁ δὲ πᾶσι τούτοις πένταθλος. idest, Agonistica autem corporis uirtus ex magnitudi-

In suas. ad bo. ar.

lib. 7. c. 56.

In lib. ad Thras.

Tertio de repub.

1. Aph. lib.

In lib. de tu. ual.

Cap. 5.

ne,& robore,& celeritate componitur: nam & celer fortis est: qui D
enim quodammodo crura proiicere,& uelociter,ac longe mouere
potest,cursor; qui uero comprimere,& cõtinere luctator; qui per-
cussione impellere, pugil; qui autem utrisq. his, pancratiastes; qui
uero omnibus his,quinquertio est. Ex quibus clare patet athletarũ
omnium institutionem, atque disciplinam huc tantum spectasse,
ut corporis magitudinem,robur, atque celeritatem compararent,
quibus soli ceteros antagonistas superare, & praemio honoreq.
potiri ualerent. id quod licet pluribus certaminum generibus con
tenderent,quinque tamen praecipua erant,in quibus uel semper,
uel plerumq. tã in sacris certaminibus, quam in ludis, amphithea-
tris,& publicis spectaculis, sed praesertim in stadio,quod fere solis
athletis proprie destinatum erat,certabant,lucta,pugilatus,cursus,
saltus,& discus.unde luctatores,pugiles,cursores,saltatores,disco- E
boli nuncupabãtur,qui separatim in singulis pollerent,sicuti Pan-
cratiasta dicebatur, qui in lucta, & pugilatu ualebat; qui uero in
cunctis quinque,pẽthatlus,& uocabulo Romano quinquertio uo-
cabatur. etsi Quinquertiones apud Liuium Andronicum athletas
significare scribat Festus,apud quem etiam perihodon uicisse dice
batur is, qui Pythia, Isthmia, Nemea, Olympia uicisset, nomine
a circuitu eorum spectaculorum accepto. Erant postmodum Halte
res, iacula,atque nonnulla alia,quorum quoque certamina athle-
tae obibant,at in publicis ludorum, & sacrorum certaminum cele
brationibus raro illa peragebãtur,una excepta monomachia, quã
Graecos sacerdotes aestatis tempore in Pergamo exercere consue-
3.de art.23 uisse memoriae prodidit Galenus. Quamquam monomachos, si-
ue gladiatores apud ueteres ab Athletis diuersos fuisse sciã, quod F
M.Cicero testatum fecit Epist. Fam. lib. vij. Epist.1. his uerbis, Nã
quid ego te athletas putem desiderare, qui gladiatores contempse-
ris? De ijs in Digestorum libro 9. t.l. Aquilia ab Vlpiano scriptum
reperio: Si in colluctatione uel in pancratio,uel pugiles dum inter
se exercẽtur alius alium occiderit,cessat Aquilia,quia gloriae caus-
sa & uirtutis,non iniuriae, uidetur damnum datum. unde patere ar
bitror apud Maiores hanc athleticam in maxima existimatione ha-
bitam.cuius ea erat ratio,quod homines semper illas res extollere,
ac honore dignas efficere solẽt,a quibus uoluptates, ac delectatio-
nes obtinere student. ob quod cum athletica in publicis ludis ce-
terisq. spectaculis maximas uoluptates publice afferrẽt, in honore
habita atque a multis expetita fuit: quando athletis ludos ingrediẽ-
lib.16.c.4. tibus ut refert Plinius omnes assurgebant,etiam senatus, ijq. sena-

tui

A tui proxime sedebant, necnō cum patribus, auis paternis a quibusuis muneribus uacabant, & uictores in patrias triumphantes inuehebantur. Ne dicam, quod Eusebius in v. de Praeparatione euangelica multo sermone damnat ueteres, scilicet, eo superstitionis, atque insaniae interdum deuenisse, ut pugiles, atque athletas in Deorum numerum referrent. Quibus omnibus rationibus satis clarum esse potest, athleticam antiquitus magnae auctoritatis fuisse; & propterea non temere illam Galenum insectatum esse, dum animaduerteret, quātum damni ex ea artis athleticae reputatione humano generi accederet; si quidem non modo cuncta animi, uerum etiam corporis bona ita corrumpebantur, ut nihil inueniri posset, quod maius hominibus, qui gloriae & praemiorum ratione illam undiq. ambiebant, detrimentum afferret, quemadmodum Euripi-
B des quoque elegantissime testatus fuit sub hisce uerbis.

Κακῶν γὰρ ὄντων μυρίων καθ᾽ ἑλλάδα, Gal. in sua. ad. bo. ar.
Οὐδὲν κάκιόν ἐστιν ἀθλητῶν γένους.
Οἳ πρῶτον οἰκεῖν οὐ δὲ μανθάνουσιν εὖ,
Οὔτ᾽ ἂν δύναιντο, πῶς γὰρ ὅστις ἔστ᾽ ἀνὴρ
Γνάθου τε δοῦλος, νηδύος θ᾽ ἡττημένος,
Κτήσαιτ᾽ ἂν ὄλβον εἰς ὑπεκτροφὴν πάτρας;
Οὐδ᾽ αὖ πένεσθαι, κἀξυπηρετεῖν τύχαις.
Ἔθη γὰρ ἄνδρες οὐκ ἐθισθέντες καλὰ,
Σκληρῶς μεταλλάσσουσιν εἰς ἀμείνονα.

idest, *Cum mala innumera per Graeciam serpant,*
Nullum deterius Athletarum genere est,
Qui primum bene incolere haud discunt,
C *Neque possunt etiam, quo etenim modo*
Quis quis est gulæ deditus, uentriq. indulget,
Diuitias parabit, ut alat familiam?
Neque item egeni esse, & fortunis inseruire
Sciunt: nam in malis diu uersati
Moribus, non facile mutantur in melius.

Quibus nihil est meo iudicio, quod magis athleticae statum prodat. Neque tamen defuerunt, qui hanc perniciosam artem commētarijs celebrare niterentur, quales fuerunt Tryphon, ac Theon Alexandrinus, qui ab athletica, in qua excellebat, cognita eius prauitate ad gymnasticam tandem desciuit. Ne taceam Platonem, quē Seruius & Laertius prodiderunt athletam fuisse, & ea dimissa ad philosophiam se contulisse. Sed quia athletas praemij gratia certare, atq. uitam mille necis generibus exponere consueuisse non se 7. Aen. in vita Plat.

mel dixi, id hoc in loco nequaquam praeterire uolo, athletis non eadem quocumq. tempore fuisse premiorum genera proposita, uerũ, ut Clemens Alexan. ij. Paedag. cap. viij. memoriae prodidit, primo fuit δόσις, seu donum, secundo plausus, tertio filiorum coniectio, postremo corona. Quid autem δόσις Clementi significet, nisi aliquid in eius uulgato codice desideretur, puto nil aliud quam congiarium significare: quo pacto apud Herodianum quoque ea uox usurpata inuenitur. nisi potius leue aliquod munusculum designet, quod posterioribus omnibus uilius exstiterit. D

De uiuendi Athletarum ratione. Cap. XV.



QVONIAM de athletica prauitate quamplurima egregie simul, ac eloquenter ab Hippocrate, Platone, atque Galeno disputata sunt, nosq. etiam illos imitati nonnulla diximus, iam athletarum eorum, qui proprie uocati sunt palaestritae, uiuendi rationem in medium proponere decreuimus. qua perspecta, facile cuiuis erit iudicare quod genus hominum, quaeue illorum ars foret, & quam sapienter illi fecerint, qui ipsam explodere, & contumeliosa oratione improbare conati sunt. sed, quoniam tota uiuendi ratio in sex rebus, quas non naturales appellare medici uoluerunt, collocata est, uidelicet cibo, & potu; somno, & uigilia, quiete, & motu, aere, animi affectionibus, atque excrementorum euacuationibus, quomodo in uno quoque horum genere sese gererent, explicabo. Primum itaque in cibo ac potu quadrupliciter errasse conspiciuntur, qualitate, quantitate, ordine, ac tempore. Quod ad qualitatem pertinet, uarijs cibis athletas usos diuersis temporibus inuenio. si quidem primis illis antiquioribus uesci caricis praescriptum scribunt Plinius, atque Oribasius. quod, ut pinguescerent, factitasse existimo. Quis uero primus carnes eis concesserit, auctores inter se dissentiunt: Plinius exercitatorem quendam Pythagoram athletis primum carnem comedendam exhibuisse scribit, Oribasius Pergamenus Goram caricarum usum, & antiquam uiuendi illorum consuetudinem sustulisse, primumq. Eurameni Samio carnes apposuisse, atque talem uiuendi rationem in posteros emanasse tradit. utcumque sit, ante Hippocratis aetatem athletae carnibus uescebantur, & praesertim suillis, ut ipse de Biante pugile refert in v. Epid. Ceterum neque uno carnium genere semper illi uictitarunt, quoniam interdum caprinis uescebantur, quemadmodum Thebanus quidam athleta, E F

Lib. 1.
lib. 6. coll.

quem

A quem Clitomachus Carthaginiẽsis nouae academiae sectator praeclarus reliquos sui temporis athletas uiribus superasse refert, quod caprinas carnes manducaret. Apri glandulas etiam athletis pro cibo fuisse innuit Martialis in libro tertio, ubi Zoili cuiusdam procacitatem, & obscenos mores describens ait,

Inter catellas anserum exta lambentes
Partitur apri glandulas palaestritis.

Attamen illos in frequentiore usu habuisse carnes tũ bubulas, tum suillas, satis constat ex Galeno, qui ex illis, & pane cum caseo sine fermento cõfecto, quod Coliphium uocatum est, uictitasse scribit, ut duritie, ac alimentorum crassitie non modo uberius nutrirentur, sed etiam diutius saturi permanerent, quo genere uictus cum Biantes pugil ϖολύβοῤῥος immodice uteretur, eos morbos incur-
B rebat, quos refert in quincto Epid. Hippocrates: scribit Plinius, Valerianus nullum athletarum cibum absq. anetho exstitisse, forsan quod crederent ab eo nutrimentum solidum produci, aut quo huiuscemodi herbae odore alij cibi condirentur, sicque magis ipsis saperent, aut quo somnus illis maior prouocaretur pro conficiendis cibis duris; anethum enim somnum prouocare sciunt medici. Quantitas cibi athletarum quam fuerit ceteris hominum mensuris superior, sciri potest ex ijs, quae scriptis mandauit Galenus secundo de digno. pulsuum, uidelicet carnis minas duas paucum cibum athletis fuisse, ut aliqua ex parte fabuloso illi fidem adhibere ualeamus, quod de athleta Milone Crotoniata, & Heraclide pugile celebratur. quorum alterum carnium minas uiginti deglutisse, & panis totidem, uini choas persicasse tres, ac aliquando taurum, quem
C per stadium retento anhelitu gestarat, solum absumpsisse; alterum prope infiniti cibi, ac potus capacem, nulliq. parem exstitisse ferunt; atque hinc perspicuum fit, quam uere Aristoteles. 4. de gen. animalium dixerit, saepenumero athletis membra uarijs formis affici, cum ob multam edacitatem natura haud ualet aeque in toto corpore omnes cibi partes conficere, & confectas aequaliter distribuere, sicut octauo Polit. cibum eorum, qui exercebantur athletice, modo βίαιον τροφὴν, modo ἀναγκοφαγίαν uocauit, quasi plus, quam fere possent, edere cogerentur: qua etiam uoce utitur Clemens Alexan. lib.ij. Paedagogi cap. primo. Ordinem similiter nullum, aut perpusillum athletas in comedendo seruasse, ut & temporis nullam rationem habuisse, satis ex superioribus clarum esse potest, nisi quod refert Galenus non aeque mane, ac uespere cibos ualidissimos accipere consueuisse, sed dumtaxat in cena, non mo-

4.de re me. cap.27.

cap.3.

7. meth.

do

do ratione, uerumetiam experientia docti cibos in somno, quando D calor magis uiget intus, facilius confici, alioqui concoctu difficillimos ipsis, cum ob qualitatem eorum ualde calori resistentem, tum ob immensam quantitatem. quamuis secus uideatur sensisse Plinius, qui scribit athletas maluisse semper cibos ambulatione, quã somno perficere, ratos somnum ad corpulentiam, quam ad firmitatem magis conferre. quod si Plutarchus 4. symposiacorum eosdem simplicissimis cibis uictitasse, omnemq. uarietatem prorsus effugisse tradit, eius sententiam ita accipere debemus, ut uoluerit athletas uno solum carnis, & panis genere, quodcumque, & quantumcumque fuerit, usos. quod neque nos negamus, qui supra diximus frequentissimos eorum cibos fuisse solas bubulas, aut potius suillas carnes. Atqui somno, & uigilia qualem moderationem ceteris uitae eorum partibus respondentem athletae adhibuerint, clarissime demonstrauit Plato, eos ubiq. somnolentos appellans. In E motu quoque, & quiete nullam mensuram seruare solitos athletas testatur Galenus, qui eos modo tota die laborare, quando scilicet exercitium τέλειον, siue κατασκευὴν apud Galenũ tertio de tuen. ualetud.ij. uocatum inibant, modo nocte, modo a cibo, modo ante consueuisse narrat. quasi propositum in omnibus tenuerint Hippocratis praecepta haec de sanitate uniuersa cõtemnere, (labores, cibi, potiones, somni, uenus, omnia moderata) illudq. unum sibi proposuerint immoderate, semper, & nulla habita regula elaborare. quod cum Aristoteles intelligeret caussam quaerens, qua mediocriter insudantes statim ab exercitatione colore amoeno hilarentur, Athletae uero pallidi longe euadebant, dixit ideo euenisse, quia Athletae prorsus nimium laborant, nimius uero labor colorem cum sudore, & spiritu extrudit, paloremq. inducit, sicuti me F diocris calore in summa corporis retento leuiter colorem prouocat, & ad corporis superficiem inuitat, ut calefactis, aut pudefactis accidere solet. Qui igitur sine mensura semper laborabant, Athletas minime nimirum est Galenum dixisse quinque annis ad summum ἰσοσθενεῖς perdurasse. Iam quoque aeris ipsos nullum discrimen effecisse credere possumus, quod sub ardenti sole exercerentur, nec uentorum, aut aliorum boni aeris condicionum ullam rationem haberent. quamuis dum se ad futura cartamina exercerent, antiqui curarint, ut illud in salubri aere factitarent, sicuti manifestum est e xystis, quas ideo fabricatas in gymnasijs scribit Vitruuius, quo athletae in hieme ad uitandas aeris iniurias inibi in salubriori aere commodius exerceri ualerent, quo tempore multas pla-

gas,

Li. 11. c. 53.

Prob. 4.

38 partic. prob. 5.

In libro de morborũ temporib.

A gas, ut tradit Basilius Magnus, perferebant, ex paedotribis, nec non uictu haud iucundum, sed a magistris exercitationum praescriptũ sequebantur. Ita etiam apud Strabonem legimus, ueteres consueuisse athletas Rauennam mittere, ut ibi in salubriori aere commodius exercerentur. Ab animi affectionibus athletas uehementius, quam par sit, affectos fuisse nemo negabit, qui consideret quam leui ex caussa certatores omnes excandescant, quantopere uicti tristentur, quantum uictores exsultent, & denique quo semper animo uiuant illi, qui tum immodice saturi, tum ieiuni, quales athletae, excruciantur. De excrementorum exinanitionibus (quod erat sextum, & ultimum) pauca dicenda forent, quod forsan in his errarent minus, quam in ceteris: at quoniam uenus inter necessarias sanitati inanitiones a medicis reponitur, quomodo sese gererent in illa, uideamus. Dum enim & Hippocrates, & Galen. uenerem mo-B deratam esse debere praeceperunt, tam eos, qui immodice, quam eos qui nimium parce illa uterentur, coarguisse ab omnibus in re medica, uel mediocrtter eruditis iudicantur. unde magnopere in hac athletae peccasse conspiciuntur, qui perpetuo seipsos coitu interdicebant, cum ceteris forsan ob nimiam alimenti, & sanguinis copiam magis necesse haberent, quod porro a Venere prorsus athletae obtinuerint, praeter Platonem, qui Astylum, Diopompum Crissonem, Iceum Tarentinum tales exstitisse memoriae prodidit. Galenus quoq. testatum fecit, & post Galenum Basilius Magnus, qui in homilia 52. scripsit, paedotribas considerantes ex uenereis uoluptatibus corpus imbecillius & ad necessariorum operationes pigrum, atque debile reddi, temperãtiae legem promulgasse, quae C adolescentum corpora a uoluptatibus tuta conseruaret, & decertantibus ipsis ne adspicere quidem uenustas formas permitteret. Id etiam significauit Martialis, qui de Blatara quodam athleta sermonem habensr ita scriptum reliquit.

Homilia 54.
Geograp. lib. 5.
8. de legib.
6. de loc. affec. in fi.

Cur Lacedaemonio luteum ceromate corpus
Perfundit gelida uirgine? ne futuat.

lib. 11.

Non modo enim se athletae ad inhibendam uenerem frigida lauabant, uerum etiam laminas plumbeas renum, & lumborum regionibus ad arcendas nocturnas pollutiones, & libidinis impetus frangendos adhibebant, ut testati sunt Plinius, & Galenus. quam rem etiam intelligere uoluisse Diuum Paulum arbitror, dum dixit. Qui in stadio currunt, ab omnibus abstinent, & hi quidem ut mortalem coronam, nos uero ut immortalem accipiamus. Quam sententiam fusius enarrans Tertullianus haec dicebat: Nempe cum & Athle- "
tae

li. 34 c. 18.
5. de tu. ual. c. ult.

tae segregentur ad strictiorem disciplinam, ut robori aedificando D
uacent, continentur a luxuria, a cibis laetioribus, a potu iucundiore: coguntur, cruciantur, fatigantur. Idem & Clemens Alexandrinus libro tertio Stromatum, & Simplicius in Commentario supra Epitectum intellexit, qui studio coronae athletas a uenere abstinere scripsit. quamuis alibi Plinius athletas interdum coitu uti solitos sentire uideatur, ubi eos torpentes restitui, uenereisq. uocem, cum e candida declinat in fuscam, reuocari dicit. Hoc itaque fuit athletarum uiuendi institutum, quod quantum sanitati detrimentum afferret, ut Hippocratem sileam, affectum athleticum haud secundum naturam esse dicentem, argumento esse possunt, quae ipsis quotidie euenire solita recenset Galenus, uidelicet repentinae obmutationes, sensus, & motus amissiones, suffocationes, uasorum ruptiones. ut non sine maxima ratione Diuus Hieronymus athletas nequaquam diu uiuere potuisse scripserit, Hippocratis & Galeni auctoritate usus. Igitur non satis mirari possum qua ratione ductus Cornelius Celsus medicus alioqui & eruditissimus, & eloquentissimus in laterum inueterato dolore uictu athletico utendum consulat: nisi pro ualido, & firmandis uiribus accommodato ciborum genere, ut Budaeus, interpretemur. Sed de athletarum professione, quoniam ad institutum nostrum plura dicere non pertinet, haec sufficient, si unum addidero, quod Clemens Alexandrinus quasi ludens memoriae mandauit, Athletas hanc unam honestatis imaginem habuisse, ut numquam in publicum ad certandum sine subligaculis prodirent. quem morem ab Hercule primum inuectum, sicut a Palaestra Mercurij filia pudendos locos obtegendi consuetudinem inter mulieres, quae cursu, & alijs exercebantur, introductam esse memoriae mandatum est. F

In lib. ad martyres.

li. 28. c. 6.

In suas. ad bo. ar.

In libr. ad Thras. E

In li 2. aduersus Iouinianum

3. li. paedagogi. c. 9.

Explicit Liber Primus.

ARTIS·GYMNASTICAE LIBER. SECVNDVS

Quid sit exercitatio, & quomodo differat a labore & motu. Cap. I.



POSTQVAM de Gymnastica, quid sit, eius originem, nec non uerae, & non uerae differentiam satis explicauimus, consequens est, ut, ceteris nō prorsus omissis, illam praecipue oratione nostra prosequamur, quae ad medicinam facit, & de qua tractationem ha-
B bere polliciti sumus. Quoniam uero, dum gymnasticae definitionē in medio proponeremus, eam esse artem quandam facultates omnium exercitationum noscentem, earumq. uarietates opere ipso gratia sanitatis edocentem indicauimus: recta doctrinae ratio postulare uidetur, ut, quid sit exercitatio, prius cognoscatur, deinde in proprias species diuidatur, atq. illarum unaquaeq. singulatim explanetur. hoc etenim facto, cum ars (dicebat Aristoteles,) sit recta 6.Ethic.
operādi ratio, uidebimus quae sit in obeūdis exercitationibus haec recta ratio, quomodo illarum unaquaeq., uel ad parandum bonū habitum, uel sanitatem defendendam conserat. Exercitationem itaq. definiuit Galenus, secūdo de tu. uale. & ipsum secutus Aetius, li.3.ca.2.
esse motum uehementem, anhelitum alterantem, ubi γυμνάσιον, κίνησιν, & πόνον, siue exercitationem, motum, atq. laborem inter
C se differre demonstrat: propterea quod motus est res quaedam magis communis, atque pluribus conueniens quam exercitatio, cum saepe multi moueantur, neq. exerceri dicantur, exercitatio uero nō sit, nisi uehemens motus: similiter labor licet sit uehemens motus, tamen non omnis labor proprie uocatur exercitatio, si quidem fodientes, atque metentes laborare, sed non proprie exerceri dicuntur; tametsi etiam aliquādo communi quadam appellatione labor, 6.de morb.
exercitatio uocatur: quemadmodum Galenus ab Hippocrate uo- uulg. cō. 4.
catum esse censet, quādo is dixit, Labores cibum praecedant, &, ubi tex. 31. 2. Aph. 16.
fames, laborandum non est. ibi enim uocem hanc πόνος, quae & In Onomastico.
dolorem & laborem, siue damnum, ut Erotiano placuit, & exercitā 2.đ tu. ual.
tionem significare solet, pro exercitatione dumtaxat accipi debere lib. 3.
iudicat. ergo exercitatio nihil aliud erit ex sentētia Galeni, & Aetij cap. 2.
nisi motus uehemens anhelitum alterans, γυμνάσιον a Graecis ap

pella

pellatum, quod plerumq. nudi, aut saltem cum paucioribus uestibus exercerentur; quemadmodum etiam locum, ubi fiebat γυμνάσιον appellatum superiore libro abunde monstrauimus. Sed quoniam posset aliquis etiam in gymnasijs ab altero per uim uehementer moueri, qui tamen nullo pacto exerceri diceretur, iccirco haec Galenicã exercitationis (pace eius dicam) definitio haud quaquã integra est. & proinde Auicenna Arabum omnium doctissimus cũ animaduertisset haud plene exercitationem a Galeno definitam fuisse, aliam definitionem in medium attulit, uidelicet quod exercitatio est motus uoluntarius, propter quem anhelitus magnus, & frequẽs est necessarius. Quo in loco eos quoq. merito damnat, qui leuem quamlibet ambulationem exercitij nomine compellant: nõ enim apposuit (vehemens) quod, ubi magnus, & frequens sit anhelitus, semper necessario sequitur motum illum vehementem exsistere. sed neq. haec definitio Auicennae mihi plene satisfacit: quoniam, etsi conueniat omnibus triplicis gymnasticae exercitationibus, eas tamen proprie non complectitur, de quibus ad medicũ tractare spectat, & nos etiam loqui instituimus: siquidem omnia quattuor caussarum genera haudquaquam cõplectitur, cum neq. materialis explicetur, neq. caussa cuius gratia. Accedit item illud, quod multi uoluntarie uehementer, & cum anhelitu aucto mouentur, qui nullo pacto dicentur proprie exerceri, sicuti serui cum celeritate dominorum mandata exsequentes, & sicuti illi, qui uel inimicorum impetum, uel quid aliud triste effugientes, & uehementer mouentur, & frequenter, ac magnopere anhelant: ex quo Auicennae definitio haud perfecte totam exercitationis naturam complectitur; sicut neq. illa Auerrois qua dixit in libro collectaneorum esse membrorum motum aliqua uoluntate factum. Ideo nos aliter definientes dicamus, quod exercitatio, de qua medici interest tractare, proprie est motus corporis humani uehemẽs, uoluntarius, cũ anhelitu alterato uel sanitatis tuendae, uel habitus boni comparãdi gratia factus. ita namq. definitio omnes caussas comprehendit, atque soli definito cõuenit: uerum enimuero posset aliquis merito a me sciscitari, nũquid motus equitando, uel nauigando peractus exercitationis nomen mereatur, eo ꝙ non libere a uoluntate hominis, sed ab alio dependere uideatur? cui respondeo, non minus equitantes, & nauigantes alijs exerceri dici debere, si nõ proprie, saltem communiter, dum modo gratia sanitatis, uel etiam militaris studij illud efficiant: quandoquidem proprie exerceri dicuntur, qui exercitationem nuper a nobis definitam suscipiunt. quibus uero ali

qua

Marginal notes: D; Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 1. (beside "integra est"); E; 6. colle. c. 2 (beside "tur; sicut neq. illa Auerrois"); F

A qua ex condicionibus necessarijs deest, illi potius communiter, quã proprie exerceri dicentur, siue a seipsis, siue ab alijs moueantur, quemadmodum equitans, qui uoluntarie ideo mouetur, quoniam motus equi, ratione cuius ipse mouetur, ab equitantis appetitu, & dirigitur, & peragitur; id quod de alijs quoque similibus a nobis semper erit intelligendum. atq. hanc fuisse Galeni ipsius sententiam, eius uerba in secundo de tu. ual. scripta indicant: ubi ait, eos, qui fodiunt, & qui equitant, non laborare modo, sed etiam exercitari communi saltem exercitationis appellatione, quemadmodum clarius adhuc adstruit quincto de tu. ual. ca. II. ubi omnem motum communiter exercitationem uocat, proprie uero motum uehemẽtem, ut etiam uidetur appellasse Paullus Aegineta lib. ij. cap. xlix. ubi exercitationem a gestationibus, ambulationibus, & uociferationibus distinguit. Praeterea, quoniam dixi exercitationem a graecis γυμνάσιον uocatam fuisse, haud secus ac locum, in quo fiebat; B ambigeret fortasse aliquis, num exercitationes, quae extra gymnasia peragebantur, proprie tales essent, an non? cui responsum esse uolo, definitione exercitationis cum non sit appositus peculiaris locus, indicari eum haudquaquam exercitationi necessarium fore, & propterea motum uoluntarium uehementem cum anhelitu alterato gratia sanitatis tuendae, uel optimi habitus comparandi factum, ubicumq. locorũ ageretur, nihilo secius exercitationem uocari debuisse, atq. debere, quam in gymnasijs actum. nam ambulationes per uias, pilae lusus, iaculationes, & similia quis sanae mentis non uocaret exercitationes? etiam si ruri, & in uicis efficerentur, dummodo ceteris condicionibus minime careant? qua re ita sese C habẽte, etiam ad gymnasticam facultatẽ de exercitationibus omnibus siue in gymnasijs fiant, siue extra tractationem spectare dicẽdũ erit, eo magis, quod Galenus alioqui uerborum proprietatis obseruatissimus etiam in aquis γυμναστικὰς παιδίας a pueris tẽpore suo exerceri solitas fuisse in 4. de loc. affect. libro scriptum reliquit.

De Gymnasticae medicinae diuisione. Cap. II.



TRACTATVRI medicinae gymnasticam, quid sit exercitatio, declarare coacti fuimus: ordini autem nũc nobis proposito ualde consentaneum est, gymnasticam ipsam partiri. ex qua diuisione sese clarũ offeret iter, quo ad inueniẽdas exercitationum omnium singulas antiquis usitatas species incedamus. Quod enim huiusce gymnasticae uerum,

atq.

atque praecipuum principium a natura acceptũ sit, animantia bru- D
2. de leg. ta fidem facere merito scripserunt & Plato, & Galenus: siquidem
2. đ tu. ua. illa statim ac in mundanam hanc lucem ueniunt, sese mouere, agitare, ac saltare conspiciuntur: ueluti quoque pueri factitant, qui tametsi in hoc brutis imbecilliores ad fruendũ hac uita exeant, nihilominus & ipsi, quantum conceditur, sese mouere nituntur; atque ex motibus non parum uoluptatis accipiunt. qui motus post modum crescentibus annis dum condiciones supra descriptas recipiũt nil aliud plane sunt nisi ipsissima facultatis gymnasticae opera: ut omnino dicere cogamur ipsam si non a natura factam, saltem secundum naturae propensionem esse. Huiusce facultatis cum Plato duas primarias, atque uniuersales partes effecerit; proinde allatam ab ipso gymnasticae diuisionem in mediũ proponemus, non quod sub ipsa omnium exercitationum species apposite contineantur, E quod a nullo alio artem hanc melius diuisam hucusque uidere contigerit. neque nos quisquam reprehendere debet, quod in pluribus Platonis, quem medicum nemo sanus reputat, auctoritatem in tractanda re medica tanti faciamus: quando Galenus ille, cui non minus medici, quam Pythagorae eius discipuli credere tenentur, scriptum reliquit, Platonem Hippocratis imitatorem fuisse, nec usquam ab illius placitis recessisse: nam Galenum hoc in loco sequi non possumus, quoniam, ubi similem diuisionem aggressus est, exercitationum potius, quam ipsius artis partitionem instituisse uidetur. Plato igitur libro de legibus. VII. ubi demõstrasset sinistras manus a natura nihilo dexteris imbecilliores effici, atque earum apparentem debilitatem potius consuetudini, exercitationique, quam naturali defectui adscribendam fore, tradit ad eos pertinere, qui F pueris alendis, ac educandis praeficiuntur, ut eos sinistris etiam exercendis assuefaciant. postea docens quae sint illae disciplinae, ductu quarum pueri excoli debeant, alteram musicam ex ijs esse, alteram gymnasticam scribit: gymnasticae rursus duo membra facit, unam τὴν πάλην, alteram τὴν ὄρχησιν appellat: atque ὀρχήσεως alteram esse dicit eorum, qui res turpes motibus imitantur, alteram eorum, qui bonae corporis habitudini, agilitati, membrorumque pulchritudini operam nauant. Quo in loco tametsi Plato de gymnastica bellica dumtaxat sermonem habere uideatur, nihilominus eadem fere est ac medicinae gymnastica, fine solum differens, nec prorsus fine, eo quod Plato quoque bonum corporis habitum parare, ualetudinemq. conseruare intendit sicut medicus, sed alium finem addit, nempe ut eius exercitationis medio ad bella gerenda

aptiores

A aptiores homines euadant. Nos itaque dicamus secundum Plato-
nem gymnasticam diuidi in saltatoriam, atque palaestricam, sub
nomine palaestricae intelligentes uniuersam illã exercitationum
seriem, quae uel in palaestra gymnasiorum, uel in loco palaestrae
uicem gerente peragebantur. Cum enim gymnastica facultas
quaedam exsistat, ut saepius diximus, quae & naturam, qualitatesq.
exercitationum noscit, & eis utendi modos, ac regulas sanitatis, aut
boni habitus gratia praescribit, cunctae fere exercitationes cum ar
te factae, quae nil aliud sunt, quam motus quidam humanorum
corporum, aut a saltatoria, aut a palaestrica describuntur, praefi-
niunturq. id quod forsan Galenus innuere uoluit, quando in se-
cundo libro de musculorum motu scriptũ reliquit: ὀρχηστικούς καὶ
B παλαιστικοὺς solos facile crura flectere: neque enim sum nescius (ut
paullo ante dixi) minime hanc gymnasticae diuisionem perfectam
exsistere, neq. ab illa singulas exercitationum species comprehen
di posse, quoniam ambulatio, equitatio, & similia gymnasticae ex-
ercitationes sunt, nihilominus saltatoriae aut palaestricae nequa-
quam subsunt. Attamen hanc etiam ueluti antiquam, & a grauissi
mo auctore traditam aliqua ex parte sequemur. quod si nos etiam
eam magis illustrantes dixerimus gymnasticam duplicem esse, alte
rã, quae motus hominum a se ipsis factos solum, alteram quae mo-
tus ab alijs factos contemplatur, atque primam tum in palaestri-
cam, tum in saltatoriam diuidi, non modo cum Platone sentie-
mus, uerumetiam ipsius rei ueritatem fortasse assequemur; si qui-
dem nullam exercitationem poterit quis cogitare, quam sub ali-
C quã praedictarum specie contineri non ostendam. Nec quidquam
sententiae nostrae obstabit, quod Galenus in libro qui ἰατρὸς in-
scribitur, (si is est Galeni genuinus, aut potius, quod alij credunt,
Herodoti medici) sub alio artis genere palaestricam, & orchesti-
cam, sub alio medicinam, cuius partem gymnasticam effecerunt
ueteres, collocarit; quia ibi loquitur de saltatoria, quae erat histrio
nicae species, ut inferius declarabimus, & non de qua nos loqui-
mur; similiter & de palaestrica uitiosa, quam athleticam nos uo
camus, & omnino a medicina alienam cum Galeno statuimus.
non autem de palaestrica, neque de saltatoria a Platone, & a no-
bis intellectis.

De Saltatoria. *Cap. III.* D


CVM itaque gymnastica tota in eam diuidatur, quae motus hominum a seipsis, & quae ab alijs factos speculatur; atq. prima adhuc in saltatoriam & palaestricam partiatur, ne confusa euadat tractatio nostra, primo saltatoriam, deinde palaestricam omnes in palaestra, uel loco simili actas exercitationes complectentem explicabimus, postremo eam, quae circa motus ab alijs factos uersatur, gymnasticā adnectemus, quibus tractatis uniuersa gymnastica nota fiet. Saltatoriae igitur, siue ὀρχήσεως, tres species Homerum nouisse, qui eius libros lectitarunt, intelligere facile possunt. Prima est cubistica, quam Xenophon, atque Suidas scribunt fuisse artem quandam, qua homines uarijs modis pedes, ac manus contorquentes in caput saltabant, E quomodo etiam tempestate nostra circulatores nonnulli faciunt, qui lucri gratia homines decipientes uarias urbes comoedijs recitandis pererrant; hanc, κυβίστημα uocauit Lucianus. Secunda species est sphaeristica, siue pilae ludus. nam quod ludentes pila saltarent, praeter Homeri testimonium qui sexto Odysseae de Nausicaa haec tradit:

σφαίρῃ τε γὰρ ἔπαιζον ἀπὸ κρήδεμνα βαλοῦσαι
τῇσι δὲ Ναυσικάα λευκώλενος ἤρχετο μολπῆς.

idest: *Ludebant pila, uittis uellisq. remotis,*
Atque his Nausicaa ob niueas spectabilis ulnas
Principium ludo dabat.

testatur quoque Athenaeus ex auctoritate Demoxeni, sicuti inferius indicabimus. Tertia species est ὄρχησις simpliciter dicta, nos F simpliciter saltationem dicere possumus. Tota hac orchestica quāuis maiores nostri ut plurimum uoluptates, ac lasciuiam potius, quam ad aliud uterentur, qui mos etiam usque ad haec tēpora perdurat; nihilominus gymnasticam bellicam, athleticam, atque me dicam illa quoque prorsus non caruisse constat, sicut nec ceteras exercitationes ab ulla fere harum trium omissa fuisse demonstrabo, ubi in singulis exercitationum speciebus declarandis, quo modo unaquaeque gymnasticae illis separatim usa sit, indicare conabor. Bellicam enim absque saltatoria non fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui in septimo de legibus saltationem in tres diuisit, militarem, paci aptam, atque mediam; militaremq. uocauit eorum, qui modo exsilitionibus in altum, modo depressionibus, modo inclinationibus hostilium incursuum in uasio-

A uasiones, euitationesq., imitabantur; quiq. figuris uarijs iaculato-
res, & percussores simulabant; atq. hanc tanti fecit, ut uoluerit in
Republica magistros haberi, qui mercede publica conducti uiros
simul, ac mulieres hanc edocerent, arbitratus hac una non parum
adiumenti accessurum ad adipiscendam militarem peritiam. Quod lib.7.c.48
uero athletica gymnastica inter ceteras exercitationes habuerit ali
quando saltationes, comprobari potest ex Plinio, qui Stephanio-
nem togatae saltationis primum inuentorem utrisque saeculari-
bus ludis, & D. Augusti, & Claudij Caesaris saltasse memoriae pro
didit: quemadmodum & Plato loco nuper citato saltationem a no li.6. de Cy
bis mediam, ab ipso ἀμφισβητουμένην nuncupatam in sacrificijs, at- ri Exped.
que expiationibus fieri solitam, quam a Mantinensibus, & Arca-
dibus coram Cyro factam refert Xenophon, tradens, aperte insi-
B nuare uidetur, athleticam, cuius & ludos, & sacrificiorum celebri-
tates esse iam decreuimus, saltatoriam habuisse. Galenus porro nec
medicinae gymnasticā saltationes a se respuisse tamquam sanitati,
& bono habitui inutiles plane confitetur, quandoquidē in secūdo
περὶ ὑγιεινῶν multos imbecilles ualetudini restitutos a se luctis, pā- cap. ultī
cratijs, saltationibus, atque alijs huiuscemodi exercitationibus re-
fert. id quod Antyllus pariter testatum fecit, ubi inter ceteras exer Orib.6. collec.
citationes hominibus ad sanitatem conferentes hanc ponit, me-
diamq. inter choream, & umbratilem pugnam naturam retinere,
& ob id pueris, mulieribus, atque senibus, quorum corpus mirum
in modum imbecillum, & gracile est, conducere scribit. An uero
haec ea sit saltatio, quam Plato εἰρηνικὴν, siue paci aptam nuncupa
uit, quamq. animi in prosperitatibus, & in moderatis uoluptati-
C bus tēperati exsistere scripsit, haud tuto affirmare audeo. sat sit no-
bis hactenus ostendisse nullum gymnasticae genus hac saltatione
caruisse, in quam & in palaestricam exercitationum artem a Plato
ne diuisam esse iam diximus.

De Sphaeristirica. *Cap. IV.*

SALTATIONEM in cubisticam, sphaeristicam, & or-
chesticam, siue communi nomine uocatam saltationem
diuisimus, quarum unaquaeq. iam nobis fusius declarā
da foret. Sed quoniam de cubistica ab auctoribus pauca
admodum tradita reperiuntur, omissa illa, reliquas duas proseque-
mur. Atque primo sphaeristica sese offert, quae tametsi Homeri
temporibus simplicior esset, attamen posterioribus saeculis miram

uarietatem acquisiuit, ita ut & ipsa in gymnasijs tam locum σφαι- D
ρηςίριον, quam praefectum σφαιρηςικὸν uocatum habere meruerit.
Quis uero primus sphaeristicam hanc, siue pilae ludum inuenerit,
lib. 7.c.56 scriptores diuersa sentiunt. Plinius inter Latinos Pytho cuidam
hunc acceptum refert. Agalis Corcyrea grammatica Nausicaam
ludi pilae inuentricem, sed ignoro qua ratione, apud Athenaeum
facit: Hippasus Lacaedemonijs, Dicaearchus Sicyonijs inuentum
istud attribuerunt. Ex quo fit, ut certi quidquam sentire nequea
mus, & eo magis quod Timocratis Laconis, aliorumue de hoc lu-
do commentaria non habemus, quibus fortasis & tantae uarieta-
tis rationem intelligere, & incognita prope ludendi pila genera
certius cognoscere possemus. in quibus explicandis cum hucusq.
scriptores non parum confusi fuerint, atque interdū a ueritate lon
ge recesserint, nos, quantum fieri poterit, tractationem hanc clario E
rem, minusq. antiquorum scriptis repugnantem efficere studebi-
mus. Pila itaq. ludendi genera quatuor dūtaxat apud graecos exsti-
tisse reperio, μεγάλην σφαῖραν, μικρὰν σφαῖραν, κενὴν σφαῖραν, καὶ
κώρυκον, siue paruam pilam, magnam, atq. pilam inanē, & corycū.
repono corycū inter pilae genera, quod licet Galenus, Oribasius,
& Paullus ab illis secreuerint, instrumentum illud, ut demonstrabi
mus, uel pila erat, uel pilae assimile. Paruae lusus secundū Antyllū
tres species diuersas habuit. prima erat, pila ualde parua, in qua qui
exercebantur, corpore maxime elato ludebant, & colludentes ma
nus manibus proxime admouebāt. secūda erat pila maiuscula, qua
cubitos cubitis ludendo immiscebat, nec corporibus mutuo haere-
bat, nec annuebant, sed uarijs modis mouebantur, & propter ua-
rios pilae iactus huc, atque illuc digrediebantur. tertia erat pila ad- F
huc maior secunda, in qua homines inter se distantes ludebant, &
in qua cum stataria, ac motoria pars esset, qui manebant, pilam e-
mittebant cū uehementia, & concinnitate. inter has species adnu-
merari debere genus illud iudico, quod penes Athenaeum ἁρπα
στὸν & φεινίνδα uocatur, tum quia a Galeno in libello de paruae pi-
lae ludo simul cum alijs id quoq. explicatum habetur, tū quia Cle
mens Alexandrinus, scriptor grauissimus, ubi demonstraret ludum
paruae pilae, & praesertim φεινίνδα, exercitationem esse uiris ualde
accommodatā, eam paruae pilae speciem fuisse hac oratione clarū
facit: εἶδα καὶ σφαίρῃ τῇ μικρᾷ παιζόντων τὴν φεινίνδα παιδιὰν ἐν
ἡλίῳ μάλιςα. quod & a Polluce cōfirmatum inuenitur, ubi etiam
harpastum uocatum innuit. huius etenim inuētorem exstitisse Pha
naestrium paedotribam, scripsit Iubas Maurusius, cuius item descri
ptionem

Gn̄a 4ᵒʳ ludendi Pila

lusus parue pile

Clemens Alexandrinus + pile ludo

Iubas Maurusius Grece + pila ludo

A ptionem Antiphanes in huncmodum attulit: Σφαῖραν λαβὼν, τῷ μὲν διδοὺς ἔχαιρε τὸν δ' ἔφευγ' ἅμα. τὸν δ' ἐξέκρουσε, τὸν δ' ἀνέστησεν πάλιν πλαγκταῖσι φωναῖς. Vocauit autem Antiphanes ludum istũ Φενίνδα, ἀπὸ τῆς ἀφέσεως τῶν σφαιριζόντων, quasi sic ludẽtes sibiipsis pilam mutuo mandarent: uel sic uocata est a Phennido primo inuentore, aut ἀπὸ τοῦ φενακίζειν, idest, a decipiendo, quoniam alio simulantes in aliã partem mittunt, decipientes credulũ, sicuti memoriae prodidit Pollux; apud quem legitur, episcyrum lusum fieri solitũ, ubi paribus ad pares in duas turmas dispositis, media linea educebatur, quam scyrum uocabant, cuiq. pilam impositã quisq. contẽdebat, ut intra alias duas lineas post utrorumq. ordinẽ descriptas aduersariorum, metas scilicet, immitteret, nimirum quibus contactis a pila uictoria haberetur. nam lusores dum pilam capiebant, atque alteri mittebant, alterum fugiebant, alterum expellebant, alterum magnis uocibus eleuabant, siue euertebant, uerisimile fit spectatores, atque etiam seipsos magna delectatione affecisse, eo magis, quod interdum motuum concinnitati operã dabant. unde Demoxeni concinnitatem, laetitiamq. ex tali ludo partam apud eundẽ explicaturus haec prodidit: Νεανίας τὶς ἐσφαίριζεν ὢν ἐτῶν ἴσως ἑπτακαίδεκα. Κῷος (θεοὺς γὰρ φαίνεθ' ἡ νῆσος φέρειν) ὃς ἐπεί ποτ' ἐμβλέψειε τοῖς καθημένοις, ἢ λαμβάνων τὴν σφαῖραν, ἢ διδοὺς, ἅμα πάντες ἐβοῶμεν, ἡ δὲ εὐρυθμία τό τ' ἦθος. ἥ τε τάξις: ὅση ἐν τῷ τὶ λέγειν ἢ πράττειν ἐφαίνετο. πάρα ἔτι κάλλους. ἄνδρες, οὔτ' ἀκήκοα ἔμπροσθεν οὔθ' ἑώρακα τοιαύτην χάριν. Κακὸν ἄν τι μεῖζον ἔλαβεν, εἰ πλείω χρόνον ἔμεινα, καὶ νῦν δ' οὐκ ἐμοὶ ὑγιαίνειν δοκῶ. idest, Iuuenis quidã annis fere decem, & septem natus pila lusit, Patria erat Cous (nam illa insula Deos producere uidetur) qui cum in sedentes intueretur uel pilam capiens, uel tradens, omnes simul clamabamus: quãta autem concinnitas, ordo, ac uenustas dũ aliquid diceret, aut faceret, supra omnẽ pulchritudinem exsistit. O uiri, neq. umquam antea audiui, neque talem uenustatem uidi, certe aliquid mali cõtigisset mihi si diutius ibi permansissem, neque multum mihi sanus uideor. Ex quibus Demoxeni uerbis pilae lusores compte, & concinniter ludere solitos perspicuum efficitur. Hae itaq. sunt pilae paruae species, de quibus a Graecis mentionem habitã scio, & in quibus Epigenes philosophus, nec non Ctesibius Chalcidensis philosophus, quo cum multi ex Antigoni regis familiaribus ludendi gratia exsuebantur, multum excelluisse dicuntur. Atqui Pollux alia pilae paruae ludorum genera proponit, Aporraxim, & Vraniam, in quo scilicet sese reclinantes pilam in caelum proijciebant, & antequã ter-

3 Paed. lib. cap. 10.

athenaeus 1. Dhipnosophist.

Antiphanes & ludo pile

Pollux & ludo pile

Demoxeni verba & ludo pile

ram attingeret, excipiebant. Ceterum pilam magnam duos quoq. ludendi modos non solum ex ipsius pilae magnitudine, uerũ etiã ex manuũ figura a superioribus diuersos effecisse, Oribasius ex Antyllo testatur, quorum unus erat ludentium magna, alius maiore, hoc tamen ambo commune possidebant, ut sicuti in ceteris praedictis lusores summas manus semper humeris humiliores, ita in hac semper capite altiores tenerent, quandoq. etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altius extollerent, quandoq. saltabant, cum scilicet pila super eos ferebatur, in qua proijcienda uehemẽter brachia agitabant. Inanis porro, siue uacua, quod tertium pilae genus fecimus, qualis fuerit, haud satis explicatum habetur: si quid tamen coniectura ex Antylli uerbis assequi licet, credo hanc pilã, quemadmodum & ceteras, ex corio consutam fuisse, in hoc ab alijs differentem, quod illae uel pluma, uel alia materia; haec solo uento, siue aere plena foret, atq. tantae magnitudinis, ut ipsa difficulter luderetur. Corycus uero quis esset, quomodoue ludus ille perageretur, cum Antyllus apud Oribasium clarissime expresserit, eius orationem huc traducere statui, quae ita in Vaticano codice se habet. D E

Materia et modus conficiendi pilas

Κόρυκος ἐπὶ μὲν τῶν ἀσθενεστέρων ἐμπίπλαται κεγχραμίδων, ἢ ἀλεύρων, ἐπὶ δὲ τῶν ἰσχυροτέρων ψάμμου, τὸ δὲ μέγεθος αὐτοῦ πρός τε δύναμιν, καὶ ἡλικίαν συναρμοζέσθω, κρεμάννυται ἐν τοῖς γυμνασίοις ἄνωθεν ἐξ ὀροφῆς ἀπέχων τῆς γῆς τοσοῦτον, ὥστε τὸν πυθμένα κατὰ τὸν ὀμφαλὸν εἶναι τοῦ γυμναζομένου, τοῦτον διὰ χειρῶν ἔχοντες ἀμφοτέραις αἰωροῦσι, τὴν μὲν πρώτην ἡσύχως, ἔπειτα σφοδρότερον, ὥστε ἐπεμβαίνειν ἀποχωροῦντι αὐτῷ, καὶ πάλιν προσιόντος ὑπείκειν ἐξωθουμένους ὑπὸ τῆς βίας: τὸ δὲ τελευταῖον ἀφίασιν αὐτὸν ἔξω τῶν χειρῶν ἀπώσαντες, ὥστε ὑποτρέψαντα σφοδρότερον ἐμπίπτειν σώματι ἐκ τῆς προσελεύσεως: τὰ δὲ ὕστατα τὰ ἐπὶ πλεῖστον οἰκίσαντες αὐτὸν ἀποπέμπουσι, ὥστε ἐκ τῆς προσόδου, εἰ μὴ σφόδρα προσέχοιτο ἀποστρέφεσθαι. ποτὲ μὲν οὖν ταῖς χερσὶν ἀντιβαίνουσιν αὐτῷ προσιόντι, ποτὲ δὲ τῷ στέρνῳ τὰς χεῖρας ἀναπετάσαντες, ἄλλοτε ἀποστρέφοντες κατὰ μετάφρενον. F

lib. 6. coll. id est, Corycus in corporibus imbecillioribus grano ficulneo, aut farina, in robustioribus arena impletur: eius uero magnitudo ad uires corporis, & ad aetatẽ accommodatur, suspenditur autẽ in gymnasij superne e culmine, tantumq. a terra distat, ut fundum ad eius qui exercetur umbilicũ pertineat, hunc utrisq. manibus tenẽtes qui exercentur, primũ quidẽ quiete, postea uero uehementius gestant, ita ut ipsum recedentem consequantur, & iterum redeunti cedant uiolentia compulsi, postremo uero eum e manibus reijcientes emittunt, ut cum reuertitur, uehementius corpori

aduentu

A aduentu suo occurrat, ad extremū uero in sedem suā saepissime re- ,,
stituendo dimittunt, ut ex congressu si non ualde aduertant, retro- ,,
cedat, ex quo fit, ut quandoq. manibus occurrant, dū propinquat, ,,
quandoq. uero pectore manibus passis, quādoq. uero ijs ad terga re ,,
uolutis. Hactenus Antyllus. qui tametsi figurā Coryci ut pote om- ,,
nibus tunc temporis notam non exprimat, coniectura tamen asse-
qui possumus & ipsum sphaericū, aut saltē rotūdum ex materia co
riacea exstitisse, alioqui si angulare fuisset in occursu & manus, &
pectus non sine laesione percussisset. Haec autē si uidisset Fuchsius,
sane intellixisset, Valeriolam non sine ratione aduersus ipsum con-
tendisse, follē & corycum paullo minus, quam caelū, & terram di-
stasse. De hoc intelligēdum est adagium illud, πρὸς κόρυκον γυμνά-
ζεσθαι. quo genere certaminis Apuleio in Thessalia certatū est. De
B hac quoq. exercitatione uerba fecit Hippocrates, siue Polybus, ubi
κωρυκομαχίαν, falso a Cornario follem interpretatam, ad attenuan
dum corpus probauit: quemadmodum & eandem intellexit Are-
taeus, ubi pro elephanticorum exercitationibus κωρυκοβολίας pro-
bauit, quas bonus ille interpres, nescio quo spiritu, perae, aut sacu
li iactus, inepte satis transtulit. Eandem quoque intellexisse Coe-
lium Aurelianum existimo, cum ad polysarciam diminuendā cory
comachiam (sic enim legendum est) commendauit ijsdem prope
remedijs usus, quae ab Hippocrate loco citato proposita sunt. unde
argumentatus sum, Auctorem sicuti cetera, ita & corymachiam ab
Hippocrate mutuatum esse. quamuis textus iudicio meo deprauа-
tus sit. Locum ubi ludebatur, Coryceum apud Vitruuium appella
ri, censuerunt aliqui: quorum sententiam postquā in superioribus
C refutauimus, nil aliud dicendum est. Atq. haec de quattuor pilae lu
di graecorum generibus, uidelicet pila parua, pila magna, pila ina-
ni, & coryco. quae omnia diuersa inter se exstitisse, non modo ex
descriptionibus nuper allatis manifesto cōstat, uerum etiam ex Ga-
leni uerbis in secundo de tuenda ualetudine scriptis: ubi inter cete
ras gymnasiorum exercitationes corycum, pilam paruam, & pilam
magnam, separatim recenset, sicut & Paulus Ægineta ipsum imita
tus. quod profecto non fecissent nisi quaedam inter se diuersa exsti
tissent pilarum genera, & diuersae etiam cum ijs factae exercitatio-
nes. Quae nūquid omnes in Graecorum gymnasijs exercerentur,
parum scire refert. sat sit intelligere, medicam gymnasticam, atque
bellicam, & praesertim pueris edocendis incumbentem pilarum ex
ercitationes usurpasse, neq. ad ualetudinem, ac agilitatem compa-
randam, augendam ue eas ceteris inferiores existimasse. Admirari

Galenus + opera- tae pile

autem nemo debet, si nos in superioribus ludos inter athleticas ex- D
ercitationes reposuimus, & subinde multas quoque bellicas medi-casq. exercitationes ludos uocamus, ut nuperrime de pila dictũ est a nobis: quoniam & ueterum, & recentiorũ tam Graecorũ, quã Latinorum loquendi mos obtinuit, ut multas exercitationes παιδιάς, & ludos uocarent, aut quod a pueris qui παῖδες Graece dicuntur, ut plurimũ fierent, aut quod illi, qui exercentur, non serio, sed ioco agere uideantur, siue gratia sanitatis, siue alterius rei id efficiat. ludi uero, quos athleticae esse nos dicimus, ita proprie uocabantur, quoniam solatij, & uoluptatis solius gratia in otiis festiuis agebantur.

De Pilae ludo secundum Latinos. Cap. V.

POSTQVAM pila ludendi Graecis usitata genera satis expla- E
nauimus, superest & ea, quae a Latinis & in usu habita, & scriptis tradita reperiuntur, explicare: unde, in quibus ambo conuenerint, & in quibus diuersi fuerint, perspicuum futurum spero. Quattuor igitur fuisse pilae genera etiã apud Latinos, quibus ludebant, inuenio, follem, trigonalem, paganicã, & harpastum, quae omnia sub nomine Italicae sphaerae a Coelio Aureliano medico complexa nonnulli credunt. Follis erat pila magna ex aluta confecta, soloq. uento repleta, quae si maior erat, brachijs impellebatur, & simpliciter pila interdum nuncupabatur, ut apud Nonium ex Varrone, Purgatum scito, quoniam uidebis Romae in foro ante ianienas pueros pila expulsim ludere; & apud Propertium lib. 3.

Cum pila ueloces fallit per brachia iactus,

interdum quoq. pila uelox, ut apud Horatium Sat. lib. 2. Sat. 2. F

Seu pila uelox

Molliter austerum studio fallente laborem,

Seu te discus agit.

Huiusmodi etenim pilae exercitationem licet uidere in Gordiani tertij Imp. Rom. nummis, quos hic depictos adposuimus, & ex quibus conijcere licet, unumquemque lusorum propriam pilam habuisse, atque eum ludum in sacrificijs Pythijs apud Apolloniatas adhibitum esse, ut tum ex uoce ΠΥΘΙΑ, tum ex palma, atque sacrificatorijs uasis colligere non est difficile.

4r Pile gña apud latinos
cœlius Aurelianus + pile ludo
Nonius ex Varrone + pile lud.

Numismata Gordiani cũ pilis depictis


MYΘIA

Si uero minor erat, pugnis eijciebatur, atq. pugillaris follis, ut apud D
Plautũ in Rud. ex templo Hercle ego te follem pugillatoriũ faciã;
uocabatur. Interdũ quoq hanc eandem pilam Folliculum appellatam credo, sicuti a Suetonio in uita Augusti, quem hoc pilae ludo ualde delectatum narrat. Quomodo uero Martialis lib. 4. dixerit.

Plumea seu laxi partiris pondera follis,

cum ex corio uento repleto pila haec consueretur, & non pluma, ut omnes fere Latini auctores uno ore fatentur, quidquid alij respondeant, opinor ego ob leuitatem follis pondera plumea dixisse. cuius leuitatis gratia neque pueri, neque senes alioqui imbecilles inter ludendum uel nimium quid defatigabantur, & propterea idem Martial. alibi scriptum reliquit.

Lib. 14. *Ite procul iuuenes, mitis mihi conuenit aetas,*
Folle decet pueros ludere, folle senes. E

Nam ut hoc genere ludi corpora imbecilliora exerceri ualerent, non modo leuis pila efficiebatur, uerum etiam dicatus lusui locus nullis lapidibus aut lateribus sternebatur, ne laberentur pedibus ludentes, &, si forte lapsi essent, ex casu damnum nõ paterentur; & propterea, cum solum minime pauimentatum foret, ex continuo terrae attritu puluis excitabatur: quamquam etiam fieri potest ut pauimento luderent, sed puluere humili & exiguo illud adspergeretur, ita ut pilam resilire non impediretur, atq. ludentiũ pedes magis firmarentur. Nã in puluerulento solo fieri hanc exercitationem consueuisse, innuit Martialis lib. 12. ubi Menogenen quendam ex Thermis ob delectationem exire nescientem in hunc modũ carpit:

Effugere e Thermis, & circa balnea non est,
Menogenen, omni tu licet arte uelis, F
Captabit tepidum dextra laeuaq. trigonem,
Imputet exceptas ut tibi saepe pilas,
Colliget, & referet lapsum de puluere follem,
Et si iam lotus, iam soleatus erit:

Numquid autem ludus iste fuerit unus ex ijs, quos superius secundum Graecos auctores enarrauimus, uariae sententiae fuerũt. Alij enim crediderunt pilam magnam Graecorum, & follem Latinorũ idem fuisse, inter quos fuit Thomas Linacer, qui cum in. 2. de tu. ualet. corycum follem traduxisset, in sexto post modum libro magnã pilam iterum follem transtulit, quasi corycus, & pila magna non
2. de tu. ual. differret apud Galenum, qui expresse & pilam paruam, & magnã, & corycum distinxit. Alij maluerunt corycum Graecorum, follem Latinorum fuisse: atque hanc opinionem maior pars recentiorum scri

A scriptorum habuit, inter quos fuere quidam, qui apud Oribasium caput Coryci, de folle pugillatorio inscribendum iudicarunt. sed hi omnes magnopere alucinantur: & primo, qui crediderunt follem & magnam pilam idem fuisse, duabus rationibus redarguuntur, quarum altera est, quod ludentes magna pila semper summas manus capite altiores tenebant, quandoq. etiam summis pedibus ambulabant, ut manus altiores tenerent: altera est, quod Oribasius ludum pilae magnae non modo aegrotis, sed etiam conualescentibus, atq. bene ualentibus inutilem iudicauit, quorum neutrum habuisse follem, facile est ex superioribus iudicare. Qui uero follem corycum fuisse existimarunt, multis rationibus & ipsi errasse deprehenduntur. Primo, quoniam corycus e culmine gymnasiorum suspendebatur, follis libere emittebatur. Secundo corycus ficulneo B grano, aut farina, aut arena implebatur, follis solo uento. Tertio follis in puluere exercebatur, corycus uero non. Fuerunt item qui follem pilam inanem superius a nobis ex Antyllo descriptam fuisse crediderunt. quibus ego libenter assentirem, nisi Martialis dixisset, follem mitiori aetati conuenire, & Antyllus pilae inanis exercitationem non admodum facilem, neque aptam, & ideo omittendam esse censuisset. Colligo igitur ex his omnibus, quod cũ follis neque inanis pila Graecorum, neque magna eorundem, neq. corycus fuerit, eum illos ignorasse. nemo enim est, qui paruam pilam follem reputauerit. Porro Trigonalis pila, qua ludebatur, parua erat, ita nuncupata uel a loco, ut uoluerunt nõnulli, ubi ea exercebãtur, qui locus triangularis erat; uel potius a ludentium (quod magis credibile est) numero, figura, & situ. hanc esse aliquando pilam simplici no- C mine appellatam inuenio, ut apud Martialem libro septimo.

Non pila, non follis, non te paganica Thermis
Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes:
Vara nec iniecto ceromate brachia tendis,
Non harpasta uagus puluerulenta rapis.

Si enim sola quattuor pilae genera facimus, necessario cum ceterae nominentur, Trigonalis sub pila simplici complectetur: de hac similiter locutum credo Celsum, quando dixit, ab aluo citata uexatis pilam, & reliqua superiores partes exercentia conuenire, quoniam in huiuscemodi ludo partes inferiores fere semper firmae manebant, superiores perpetuo agitabantur. Quomodo uero perageretur exercitatio ista, facile conijcere possumus ex Martialis uerbis, in quibus demonstrat, lusores ita triangulari situs figura colludere solitos, ut manibus utrisque modo sinistra, modo dextra pilam ui- (margin: l b. 1. c. 6.)

cissim

Oribasius & folle pugillatorio

refutat errores & variis opinionibus

follis solo vento

pila trigonalis

Celsus & pila

cissim expellere, & excipere ualerent, ne umquam caderet. in quo D
summam ludentium laudem fuisse uerisimile fit, sicut in lib. 7. ubi
Polybum quendam laudat ob agilitatem sinistrae manus in iacienda excipiendaq. pila.

Sic palmam tibi de Trigone nudo
Vnctae det fauor arbiter coronae,
Nec laudet Polybi magis sinistras. & libro. 12.
Captabit tepidum dextra, leuaq. trigonem. & libro. 14.
Si me nobilibus scis expulsare sinistris
Sum tua, si nescis, rustice redde pilam.

Ex his mehercle patet consueuisse trigone ludentes a se inuicē modo mittere, modo excipere pilam, modo sinistris, modo dexteris, eo prope modo, quo nostrates pila parua supra funiculum ludunt, & quo etiam Antyllus tertium paruae pilae lusum descripsit. Cur uero Mart. tepidum trigona dixerit tum loco supra citato, tum lib. 4. E

Seu lentum ceroma teris, tepidum ue trigona:

haud satis mihi constat. attamen, si quid diuinare conceditur, dicerem propterea trigona tepidum dixisse, uel quod homines ludendo ob uehementem utriusq. manus laborem, & assiduo motus pilae tenore magis incalescerent: uel quod locus, ubi ludebatur tepidario in gymnasijs uicinus foret, & propterea ludentes tam loci, quam pilae teporem quendam perciperent. ita uero fuisse, uerisimile uideri potest: cum supra tum ex Galeni, tum ex Martialis sententia demonstrauerimus, post pilae ludum statim consueuisse balnea calida ingredi. Nisi malimus dicere, poetam trigona tepidum dixisse, quia ex continuo motu pilae in manibus ipsa tepida euadebat, eo modo, quo Propertius libro. 1. in Elegia Ianuae conquerētis F dixit Tepidum limē, quod ex cōtinuo supra ipsum statu tepesceret.

Nulla ne finis erit nostro concessa dolori,
Turpis, & in tepido limine somnus erit?

Exemplum trigonalis pilae mihi uidetur illud, quod in nummis M. Aurelij Antonini apud Byzantios excussis hunc in modum apparet. Quem item ludum in sacrificijs Apollinis Pythij Actiaci adhiberi solitum, memoriae proditum est.

palla alla corda vulgo

post Pilę ludū balnea calida ingredi

numismat M. Aurel. antonini


ΠΥΘΙΑ·ΑΚ

Succedit paganica pila sic appellata, quod esset uulgaris admodum, D
ci n uillis pagis uocatis; uel in pagis urbis ut plurimum in usu habe
retur. Nam Dionysius antiquitatum libro 4. refert, Romã in quattuor tribus olim partitam fuisse, quae & pagi, sicut earum habitatores Pagani, nominabantur. siue igitur ab istis pagis, siue a uillis paganica pila denominata sit, parum referre credo. sat est, pilam fuisse ex corio pluma repleto, trigonali latiorem, non ita tamen ut est follis, laxam, sed duriorem; siquidem follis, qui uento replebatur, etsi quanto durior erat, tanto facilius eo ludebatur, quanto laxior, tanto difficilius, ut etiam tempestate nostra quotidiana experientia comprobat, tamen paganica pila quo etiam durior esset, & pluma replebatur, & non ita replebatur, ut laxa usquam foret, sed undequaque durissima, & propterea difficulter ea ludebatur, quemadmodum uenustissime Martialis hoc disticho ostendit libro 14. E

Haec quae difficilis turget paganica pluma,
Folle minus laxa est, & minus arcta pila.

Sub nomine enim simplici pilae intelligi aliquando follem, aliquãdo trigonalem, paullo ante significauimus. Iterum illud ignorari hoc in loco nolo, etiam in gymnasijs paganicae pilae exercitationem in usu exstitisse, ut idem Martialis lib. 7. testatum reliquit.

Non pila, non follis, non te paganica thermis
Praeparat, aut nudi stipitis ictus hebes.

Nam cum saepius a nobis indicatum sit consueuisse fere omnes, qui sese in gymnasijs pila exercebant, prius pila ludere, & deinceps statim balnea ingredi, Martialis illis uersibus demonstrat, inter ceteros pilae ludos in gymnasijs se exercentium ad balnea praeparatorios paganicam quoq. adnumeratam esse. Vltimum & quartum La F
tinorum pilae genus harpastum fecimus. quod ob nominis similitudinem idem prorsus uidetur quod ἁρπαστὸν Graecorum: erat enim pila, quam ludentes alter alteri eripiebat. cuius uero magnitudinis, & ex qua materia foret, haudquaquam ab ullo auctore explicatum habemus, nisi quod Athenaeus his uerbis manifestum facit, harpastum rotundum fuisse. „ τὸ δὲ καλούμενον διὰ τῆς σφαίρας ἁρπαστὸν, „ φενίνδα ἐκαλεῖτο, ὃ ἐγὼ πάντων μάλιστα ἀσπάζομαι: id est, Lusus autem pilae harpastum nuncupatum pheninda uocabatur, quem ego maxime omnium diligo. Sicut etiam uerisimile fit ex corio sicut ceteras pilas constasse. quae omnia, propterea quod tunc temporis nulli ignota erant, auctores scribere dimiserunt. Ceterum eius magnitudinem omnino explicasse Galenus uidetur, qui dum in libro de ludo paruae pilae harpastum appositissime describit, illud

paruam

A paruam pilam & non mediam inter paruam & magnam, quemadmodum uoluerunt nonnulli, fuisse comprobatur: unde & ludus, qui hodie a calce nuncupatur, etsi in aliquibus assimiletur harpasto, in hoc tamē ab harpasto antiquorum differre uidetur, quod il lud paruum erat; pila autem, qua nostrates calce ludunt, maior est. Nam & antiquiores in puluerulento solo hac pila ludebant, ut testatus est Martialis lib. 4.

Siue Harpasta manu puluerulenta rapis. & libro. 7.
Non Harpasta uagus puluerulenta rapis & libro. 14.
Haec rapit Antei uelox in puluere Draucus,
Grandia qui vano colla labore facit,

Quae omnia argumento esse possunt, hanc exercitationem perarduam fuisse, solisque ualidioribus hominibus conuenisse. quod B etenim nequaquam mulieres hoc genere ludere ualerent, praeter Ouidij testimonium de ludis uirorum ita scribentis,

Hos ignaua iocos tribuit natura puellis,
Materia ludunt uberiore uiri.
Sunt illis celeresq. pilae, iaculumq. trochiq.
Armaq., & in gyros ire coactus equus:

eiusdē poetae uersus comprobant, ubi Philaenim quandam tribadē exprobrans, quod omnibus fere uirorū munijs fungeretur, qua si rē mulieribus prae alijs maxime insuetā ageret, post multa dixit, 3. de arte amandi.

Harpasto quoq. subligata ludit.

Ideo mirari soleo, cur Coelius Aurelianus in curāda puerorū epilepsia uelit nutrices sphaerae ludo, uel aliqua saltatione exerceri: nisi sit sphaera apud ipsum follis, quem & pueros, & senes usurpasse, supra docui. Auicenna cuiusdam pilae ligneae mentionē facit, C de qua posterius uerba faciā, cum ad praesentē de sphaeristica altera saltatoriae parte tractationē minime pertineat, de qua haec satis. Lib. 1. fen. 3. trac. 2. cap. 2.

De Orchestica, siue tertia saltatoriae parte. *Cap. VI.*



TRES saltatoriae partes, cubisticā, sphaeristicam, & quae nomine generis uocatur simpliciter, saltationē, in superioribus effecimus: quarum duabus iam declaratis tertia modo, quā scrupulosissimā uocauit Columella, subnectēda uenit. de qua haec a nobis declarabūtur, primo quid fuerit, secundo quot species habuerit, tertio cur ea uterentur maiores nostri, & quarto & ultimo in quo loco, & a quibus exerceretur. Aristoteles itaq. in principio suae poetices, ubi dixisset, omnia poeseos genera in hoc conuenire, quod imitationes sint, imitationes diui- In prooe. lib. de re rustic.

dit

Gioco del Calcio dal Arpasto et al tempo de Greci

dit, quarum alias diuersis generibus imitari ut uel harmonia, uel rythmo, uel nudo sermone; alias diuersas res, ut uel meliores, uel similes, uel deteriores; alias diuerso modo ut uel agentes, uel introducentes, uel narrantes, atq. aut alienam personam induti, aut non mutati; de saltatione haec concludit: αὐτῷ δὲ τῷ ῥυθμῷ μιμοῦνται χωρὶς ἁρμονίας, οἱ τῶν ὀρχηστῶν, καὶ γὰρ οὗτοι διὰ τῶν σχηματιζομένων ῥυθμῶν, μιμοῦνται, καὶ πάθη, καὶ ἤθη, καὶ πράξεις. idest, Numero uero ipso sine harmonia, imitantur saltatores: isti enim numerosa gesticulationis uarietate, mores, passiones & actiones imitãtur. Ex qua oratione apparet, ὄρχησιν, siue saltationẽ, nihil aliud fuisse, quam facultatem quandam motibus, ac gestibus corporis, artificio quodam, numero, & ratione factis, imitandi hominũ mores, affectus, & actiones. qui enim in. 7. ciuilium dixerat, nihil esse in rerum natura, quod magis exprimat rerum similitudines, quam numerus, & cantus, sapienter etiam scripsit, saltatores in imitandis actionibus numero uti. Quomodo haec per numerosos motus efficeretur imitatio, unus omnium clarissime post Aristotelem expressit Plutarchus, qui in. ix. Conuiuialium saltationem tres partes habuisse scripsit, lationem, figuram, & indicationem; eo quia tota ipsa ex motibus, & habitudinibus, & quietibus constaret, perinde ac harmonia ex tonis atq. interuallis: lationem dicit ipse nil aliud fuisse, quam motionem affectus alicuius, uel actionis, uel potentiae repraesentatiuam: figuram uero fuisse habitudinem, dispositionemque, in quam motio siue latio terminabatur, nempe quando saltatores quiescentes secundum Apollinis, uel Panis, uel alicuius Bacchae (ut est apud Platonem) figuram dispositi in corporis similibus formis graphice aliquantulum persistebant, indicationem autem fuisse nõ proprie imitationem, sed alicuius rei, nempe terrae, caeli, uicinorum numerosis, atque ordinatis motibus factam declarationem. quemadmodum namque poetae, dum imitantur, alias nominibus fictis, alias translatis utuntur; dum uero indicant, propria nomina usurpant: similiter saltatores imitantes, figuris, & habitudinibus; declarantes autem, res ipsas praedictis indicationibus utuntur: adeo ut, secundum Platonem, Aristotelem, atque etiam Plutarchum, tota haec saltatoria facultas in imitatione solo motu facta cõsisteret. ipsiq. saltatores nil aliud actitabant, nisi quod sese mouentes numero, & ordine gesticulantes, aut lationibus, & figuris mores & affectus imitabantur, aut indicationibus declarabant, aut omnibus simul mores, perturbationes, atque actiones hominum repraesentabant. unde non absq. summa ratione Simoni-

Margin notes: Cap. 4. — Prob. 15. — 7. de leg. — D — E — F

A des poeta saltationem poesim tacentem, sicuti poesim saltationem loquentem uocare solebat: quamquam refert Putarchus, tempestate sua ueram saltationem a musica, cui associabatur, deprauatam fuisse; atque a caelesti illa decidentem in tumultuosis ac indoctis Theatris instar tyranni cuiusdam imperium tenuisse, idq. postmodum usque ad tempora nostra permanasse, in quibus omnis saltatio corrupta est, omnes cordati uiri cognoscunt. Quis autem primus huiuscemodi saltationem hominibus demonstrauerit, satis cōpertum non habetur, nisi quod Theophrastus apud Athenaeum refert, Androna Cataneum tibicinem, dum sonaret, motiones atque numeros corpore effecisse, & ob id apud ueteres saltare uocatum fuisse sicelissare; post quem Chleophantus Thebanus, & Æschylus multas saltatorias figuras inuenerunt, quas βαλλισμοὺς Sicula uoce appellatas Epicharmi auctoritate insinuat Athenaeus. unde & hodie apud multas Italiae nationes Balli nomen adhuc perdurat. Fuit porro haec saltatio tantae existimationis, atq. honoris apud antiquiores, ut Apollinem saltatorem uocarent, quemadmodum Pindarus:

Loco citato.

8. dipnos.

[Balli, a voce sicula]

[Apollo saltator]

Ὀρχηστὰ Ἀγλαΐας ἀνάσσων εὐρυφάρετρ' Ἄπολλον: idest:
Saltator rex splendoris, pharetrateq. Apollo.

atque illa quandoq. ad tibiarum, uel lyrae, uel alterius instrumenti sonitum, uel ad cantum, uel absque alia re peragebatur. Species autem illius innumeras fere recensuerunt Homerus, Plato Xenophon, Aristoteles, Strabo, Plutarchus, Galenus, Pollux, & Lucianus: quae illarum praestantiores & illustriores habebantur, uel a regionibus, in quibus in usu erant, aut repertae & illustratae fuerant, nomen susceperunt; uel ab inuentore, & modo, quo efficiebantur: a regionibus appellatae sunt Laconicae, Troexenicae, Epirephyriae, Cretenses, Ionicae, Mantiniacae, Gaditanae, de quibus sic Iuuenalis.

Sat. II.

Forsitan exspectes ut Gaditana canoro
Incipiet prurire choro, plausuq. probatae
Ad terram tremulo descendant clune puellae,
Irritamentum Veneris languentis, & acres
Diuitis urticae

& huiuscemodi aliae. Ab inuentore autem & modo uocatae fuerunt aliae Pyrrhichiae a Pyrrhicho quodā Lacone, seu, ut alij malunt, a Pyrrho Achillis filio inuentae, in quibus armati saltabant cum cantu, & sine cantu. ut uidere licet ex icone ab antiquis lapidibus excepto, quem hic ponendum curauimus.

Gymnastica G



PYRRHICHIA SALTATIO

A (Pyrrhichias autem nostris temporibus aemulantur illa pugnarum genera, quas Morescas populari uocabulo appellant) Atque hae uarias nominationes obtinuerunt, ut Orsitis, & Epichiedios penes Cretenses, Carpaea apud Æmanenses & Magnetes, de quà Xenophon. 6. de exp. Cyri. libro, apochinos siue mactrismos, quam mulieres saltabant, & ob id Martypiae uocabantur, & quae stabiliores, & uarietate maiore praeditae erant, ut dactyli, iambici, mollossica, emmelia, cordax, sicinnis, persica, phrygia, nicatismus, thracius, calabrismus. Telesias a quodam uiro Telesio, qui primus eam armatus saltauit, sic uocata, qua utentes Ptolemaei milites Alexandrum Philippi fratrem sustulerunt, aliae tornatiles siue uersoriae quod se in circum uertentes saltarent. Erotianus, qui Andromacho Neronis, quod scribit Galenus, archiatro contemporaneus

B exstitit, has saltationes δίνας uocatas scribit, aliae insanae, ut caudifer, mongas, Thermaustris, nec non anthema, quam saltantes obibant, ita dicentes, ubi mihi rosae, ubi mihi lilia, ubi mihi apia: aliae ridiculae, ut igdis, mactrismus, apochinos, & sobas, morphasmus, Glaux, & leo: aliae scenicae, quales tragica, comica, & satyrica: aliae lyricae, quales pyrrhichia, gymnopaedica, & hyporchaematica. quae omnes quomodo fierent, nõ est praesentis tractationis declarare: satis sit intelligere hanc tertiã saltationẽ totatq. plures adhuc diuersas species, quibus libellum proprium dicauit Lucianus, habuisse, sicut etiam diuersis motibus tam pedum, quam manuum utebatur. cum enim motus omnis ex sententia Aristotelis ex impulsu, atq. tractu componatur, saltantes aut impellebant corpus, aut trahebant; & hoc sursum, uel deorsum, uel prorsum, uel retror- 7. Phys.

C sum, uel dextrorsum, uel sinistrorsum: a quibus postea motibus componebatur simplex ambulatio, flexus, procursus, saltus, diuaricatio, claudicatio, ingeniculatio, elatio, iactatio pedum, permutatio: quibus tota saltatio perficiebatur.

De fine saltationis, & de loco. *Cap. VII.*

CVM antiqui in certaminibus, atq. uenationibus, pedum exercitationibus fere semper studerent, manibusq. mouendis nullam curam adhiberent, uerisimile fit, ut prius saltatoria partes inferiores dumtaxat exercens inuenta sit, deinceps χειρονομία, quae ordinatas manuum motiones edocebat, ei adiuncta sit, ut una cum ceteris praedictis motionibus manuum connexionem, consertionem, compectinationem, distentio-

nem, complexum, alternationem saltatores peragerent: atque ita D
uniuersa saltatio ex motibus tam manuum, quam pedum ad repraesentandas res formatis conflata sit. quod autem saltantes praecipue brachia mouerent, significauit & Ouidius, ubi dixit:

Si uer est, canta, si mollia brachia, salta. &
Brachia saltantis, uocem mirare canentis.

Huius finis primarius licet (ut diximus) imitatio foret, nihilominus alios etiam fines eam habuisse comperio: nam ad theatra, & ad ludos uoluptatis gratia, nec non ob religionem quandam ad sacrificia in usu fuisse praeter Platonem atque Plutarchum testatur Galenus, qui in principio curatiuae artis uehementer contra sui temporis homines inuehitur, quod saltatoriae nimis operam darent, quasi solis uoluptatibus, & ludis dediti bonas artes negligerent. Quod pariter ad quaerendam corporis fortitudinem militaremque peri- E
tiam eadem saltatione maiores nostri uterentur, tametsi supra ex Platone comprobatum fuerit, tamen addendum est illud, quod omnis armata saltatio pyrrhichia uocitata nō ob aliud inuenta fuit, nisi quo uirtute illius tam pueri, quam uiri & mulieres modo hostes effugere, modo inuadere, aliosq. gestus bellis gerendis necessarios perdiscerent. unde apud Xenophontem Paphlagones Mimā saltatriculam a Myso pyrrhicham saltare iussam conspicati, admirātes graecos interrogarunt, numquid mulieribus etiam in pugna uterentur. in hoc quidem saltationis genere cum Phrynicus se excellenter in fabula gessisset, illum sibi imperatorem Athenienses delegerunt. Neque etiam difficile est indicare hanc eandem saltationem & bono habitui comparando, & sanitati conseruandae nō parum conduxisse: quandoquidem de manuum gesticulatione, F
quam χειρονομίαν uocant graeci, scriptum reperitur & ab Hippocrate & ab Aretaeo, atque alijs, pro exercendis & sanis & interdum aegris corporibus usurpatam esse. Temporibus uero nostris saltationes alias tempore, ordine, & certo modo factas talem utilitatem praestare nemo negaret, quemadmodum Galenus se plurimos sanitati restituisse, aliosq. in ea solius saltationis auxilio conseruasse confitetur: qui similiter & saltatorum exercitationes inter cetera a medico petita recensuit, dum dixit: ὀρχηστῶν αἱ σύντονοι κινήσεις ἐν αἷς ἅλλονται μέγιστα, καὶ περιδινοῦνται στρεφόμενοι τάχιστα, καὶ
» ὀκλάσαντες ἐξανίστανται, καὶ προσύρουσι, καὶ διαχίζουσιν ἐπὶ πλεῖ-
» στον τὰ σκέλη. idest, saltatorum uehementes motus, in quibus maxi
» me saltant, & uelocissime uolutati circum circa uertuntur, nec non genua flectentes sursum exsurgunt, atque crura plurimum attrahunt

loc citatis. 1. & 2. d arte aman.

2. de dieta. libro 1. de cur. chr. cap. 1.

A hunt, diuaricantque. ut dubitare nemo debeat, quin Orchesticam in gymnastica medicinae iure collocauerimus; praecipue quod Socrates in conuiuio Xenophōtis se saltatoriam tum ad ualetudinem efficiendam, conseruandamque, tum ad corporis robur comparandum exercuisse palam profitetur, cuius quoque gratia eum sibi amplam domum optasse ferunt. Qui uero hanc orchesticam exercerent, uarios fuisse reperio. Cinaedos maxime omnium saltandi arti operam nauasse significauit Plautus: apud quem Periplectomenus senex sic ait. Tum ad saltandum: non cinaedus usquam magis saltat, quam ego. quamquam Nonius Marcellus Lucilij testimonio, atq. etiam Plauti, uult, cinaedos dictos a ueterib. saltatores ipsos, atque pantomimos, ἀπὸ τοῦ κινεῖν τὸ σῶμα. Poetae similiter omnes non modo histriones motus figuratos edocebant, uerum & ipsi

B quoque interdum saltabāt; nam Thespias, Pratinas, Cratinus Phrynicus poetae omnes iccirco saltatores nūcupabantur, quia non modo propria drammata inter saltantes choros repraesentabant, uerū etiam extra propria poemata uolentes omnes saltare edocebant. pueri quoque, & mulieres omnium frequentissime in saltationibus uersabantur, post quos etiam saltationi operam nauabant quibuscumque ualetudinis, & roboris gratia uel a medicis, uel a gymnastis illud agere praeceptum erat. Loca autem in quibus saltationes peragerentur, primo, dum nondum excultae forent, fuerunt uici, & plateae publicae; deinde, cum maiorem dignitatem, atque ornamentum recepissent, ad theatrorum partes quasdam translatae fuerunt, quae & ab Aristotele & a Polluce ob id orchestrae uocatae fuerunt; unde etiam chorea nomen saltationis perelegans e-

In Mil.glo. actu.3.

C manauit. a theatris ad palaestras, siue gymnasia illas traductas fuisse auctor est Athenaeus, cui assentiri uidetur Plutarchus in nono symposiacon, ubi mentionem cuiusdam facit, qui pyrrhicam adeo egregie saltauerat, ut pueros in palaestra gesticulantes excellere uisus esset. quo etiam in loco Meniscum paedotribam saltationis iudicem effecit, ut inde plane coniectari ualeamus paedotribas gymnasiorum ministros orchesticae non paruam cognitionem habuisse. In conuiuijs item saltationem exerceri solitam fuisse testatum clarissime reliquit in Symposio suo Xenophon, sicuti Plutarchus, & Plinius nec theatra eandem respuisse memoriae prodiderunt. Concludo itaque saltationem a gymnastica omni acceptam esse, sicuti sphaeristicam, quae fuerunt duae orchesticae partes, in quam, & in palaestricam uniuersam ipsam gymnasticam diuisimus: atque haec satis de ipsa.

Li.14.dip.

 D



DECLARATA iam satis, quantum ad hanc tractationem spectabat, saltatoria, modo palaestricam, quae erat altera gymnasticae pars, ut aggrediamur, operaepretiũ est, cui post modum & reliquas exercitationes tam in gymnasijs, quam extra factas subiungemus. Palaestram multas sub se exercitationes habuisse demonstratum superius fuit, inter quas cõtinuo primum locum obtinuit lucta a Graecis communi nomine πάλη, quandoque καταβλητικὴ siue deiectoria: a Laconibus nuncupata. Haec nihil aliud fuit, nisi exercitatio quaedam in loco gymnasij peculiari nempe palaestra, siue porticu tecta, quae xystus uocabatur, fieri solita, in qua luctatores bini nudi, uncti oleo, & puluere aspersi sese brachijs complicantes, inuicemq. concertantes, alter alterum deijcere humi contendebant, ad quod peragendum embolae, parembolae, paratheses, & systases necessario requirebantur, illudq. prae ceteris quaerebatur, ut pedes primo comprehenderentur, quod Pseudolus ebrius apud Plautum significauit, de uino dicens. Captat pedes primum, Luctator dolosus est. Sed antequam certamen inirent, musculos prius calefaciebant, perfrictionibusque, ac lenibus motibus explanabant. quod si aliquando haec agere intermisissent, ijs quaedam partes rumpebantur conuellebanturque, sicuti tradit Gale. 4. de locis affectis: qui etiam alibi scriptum reliquit, hunc a gymnasticis in luctis obseruatum esse ordinem, ut numquam uehementes inirent, nisi prius faciles, & simplices essent edocti, neque has aggredi solitos antequam fricarentur, neque fricari, priusquam ungerentur. Dixi, bini, quoniã etsi plures possent uno tempore eodem in loco lucta contendere, tamen semper unus uni dumtaxat complicabatur, & apud nonnullos non solum uiro uir concertabat, sed puellae quoq. iuuenibus contendebant, quemadmodum apud Lacones, & sicuti de Chijs refert Athenaeus. Luctam, quam non temere gymnasticae artis minimam partem credidit Galenus, non defuerunt inter antiquos, qui omnibus alijs exercitationibus uetustiorem exstitisse autumarint, nominis illius qualitate ducti, quippe cum (πάλαι) apud Graecos nil aliud, quam uetustatem iudicare uideatur: nam & locum exercitationum palaestram nuncupatum, πάλην primo nominatum constat. quamquam etiam non defuerint, ut refert Plutarchus, qui non palaestrae nomen ἀπὸ τῆς πάλης quasi antiquissima res sit lucta, deductum esse uoluerint, sed potius quod solum haec

E (margin, beside "puluere aspersi")

F (margin, beside "rentur, neque fricari")

In Pseu. actu. 5.

cap. 8.

2. de diff. pulsuum.

2. Symp. prob. 4.

A exercitatio πηλοῦ idest luti, pulueris, & ceromatis egeret; atque ad id magis impugnandum aliam quoq. rationem addebant, uidelicet haud quaquam uerisimile uideri, ut lucta, quae omnium exercitationum artificiosissima, & astutissima exsistit, omnium etiam uetustissima fuerit, cum manifeste appareat, primo in usum ea uocari, quae simplicia sine ulla arte, & uia magis quam methodo consistunt: unde Sosicles πάλην ἀπὸ τοῦ παλεύειν, quod est dolo & insidijs deijcere, fuisse deriuatum maluit. Philinus autem ἀπὸ τοῦ παλαιστοῦ, idest a coniunctis, simulq. connexis quattuor digitis, quia luctatores hac manuum parte praecipue operantur, quasi ita ipsa appellata sit, perinde ac pugillatoria a pugnis. quam sententiam aperte refellere uidetur Iulius Pollux, ubi nomen illud solam quattuor digitorum mensuram significare scribit, a qua mensura deduci

B postmodum exercitationis nomen ualde longinquum est; & proinde melius sensisse uidentur illi, qui ἀπὸ τοῦ παλῆναι natam & dictam πάλην, credunt, siue ἀπὸ τοῦ πάλλειν καὶ πάλλεσθαι, quorum alterum apud poetas deijcere, & proijcere & spargere, quod postremum ab Homero quoq. ac Hippocrate usurpatum testatur Erotianus; alterum apud Platonem in Cratylo a terra uel in manibus eleuare, quae omnia a luctatoribus intenduntur, significare constat: nisi quoque uelimus, ut alij, ita dictam ἀπὸ τοῦ πλησιάζειν, καὶ γίνεσθαι πέλας, hoc est appropinquari & uicinos fieri: quandoquidem cursores semper distabant, nec umquam appropinquabantur, pugillatores pariter a designatoribus numquam complicari permittebantur, sed soli luctatores hoc agebant: ut omnia melius in Syracusanorum nummis recognoscere possumus, in quibus sic luctatores uarios repraesentari, indicauit nobis Ligorius.

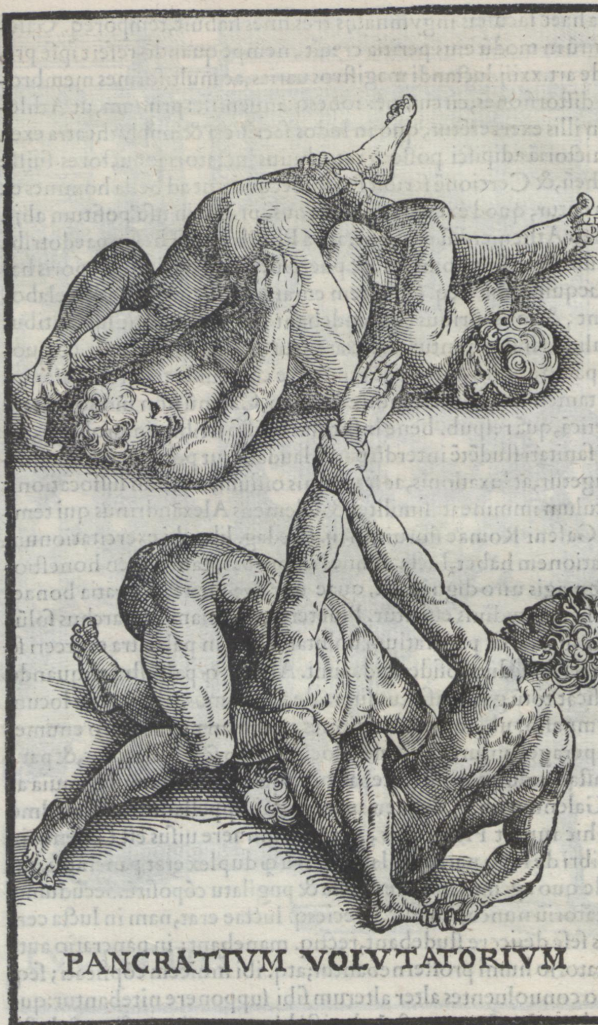


LVCTATORES

A Tota haec facultas in gymnasijs tres fines habuit, temporeq. Galeni mirũ in modũ eius peritia creuit, nempe quando refert ipse primo de art. xxiij. luctandi magistros uarias, ac multiformes membrorum distorsiones, circumnexionesq. inuenisse: primum, ut Athletae in illis exercerētur, quo in ludos sacrificia & amphitheatra exeũtes, uictoriã adipisci possent: atq. huius luctatoriae auctores fuisse Antheũ, & Cercionẽ scribit Plato: Secundũ ut ad bella homines exercerentur, quod exercitationis genus, primo in usu positum alij a Theseo Atheniensiũ principe; alij a Phorbante Thesei paedotriba referunt. tertiũ ut homines; & pueri luctantes optimũ corporis habitũ acquirerent, sicq. sanitatem curarent; in quo usq. adeo elaborabant, & totis uiribus contendebant, ut non raro sic luctantibus ossa aliqua frangerentur, & luxarentur, quae illis palaestrico quo- 7. de leg.

B dam pacto ab alijs diuerso se remittere cõsueuisse testatur Galenus. Hoc tamen animaduertendũ esse duco, Galenũ non modo luctam athleticã, quã respub. bene institutas odisse scribit, improbasse, uerũ & sanitati studẽtẽ interdũ parce laudasse, ut pote qua robur quidẽ augetur, at luxationis, ac fractionis ossium, necnon suffocationis periculum immineat. similiter & Clemens Alexandrinus qui tempore Galeni Romae floruit, in iij. Paedag. lib. ubi exercitationum tractationem habet, luctas omnes improbat, eam tamen honestiorẽ, & magis uiro dignã facit, quae μετ' ἐυσχήμονος & gratia bonae, ac utilis ualetudinis efficitur. Praeterea, quoniam Plutarchus solũmodo luctam & pancratium uolutatorium in palaestra exerceri solitum scribit, duo cõsideranda sunt. Alterũ, ꝙ palaestra aliquando significat totũ gymnasiũ, ut supra declarauimus, aliquando locum lib. de machinamen.

C in gymnasio, ubi tot exercitationes a nobis in primo libro enumeratae peragebantur; aliquando locũ, in quo soli luctatores, & pancratiastae uolutatorij exercebantur, quorum certamina grauia apud Galenum lib. iij. de tuen. ualet. cap. ij. appellantur. quemadmodum hic innuit Plutarchus, atq. etiã innuere uisus est Galenus in fine libri de ludo paruae pilae. Alterũ ꝙ duplex erat pancratiũ, primũ de quo agemus infra, ex lucta & pugilatu cõpositũ. Secũdumq. uolutatoriũ nuncupabatur, speciesq. luctae erat, nam in lucta certantes sese deijcere studebant, rectiq. manebant; in pancratio autẽ uolutatorio humi prosternebantur, atq. ibi inuicem cõplicati; seq. mutuo conuoluentes alter alterum sibi supponere nitebantur: quẽadmodum clarissime mostrãt depicti hic nummi cuiusdam Salustij Auctoris qui sub Valentiniani, & Placidiae Augustae principatu Africae regno ui occupato ludos similes, atq. alios ob uictoriam edidit.



PANCRATIVM VOLVTATORIVM

A De hac exercitatione uerisimile mihi sit, Aristotelem uerba fecisse, ubi nullum erectum, & stantem continenter, & tuto incedere posse demonstrat, quia perinde se moueret, ut palaestritae, qui per puluerem in genua subsidentes procurrunt. De hoc item alicui probabile uideretur, locutum esse Martialem, ubi dixit. — Lib. de cõi animaliũ gressu.

Non amo qui uincit, sed qui succumbere nouit
Et didicit melius τὴν ἀνακλινοπάλην.

nisi potius exponendum esset ἀνακλινοπάλην, reflexionem, qua palaestrita reducto pectore aduersarium retrahebat, ac ictum illius deuitabat. De eodem item loquebatur Antyllus apud Oribasium, dum duplicem luctam effecit, alteram erectam, alteram super pauimento; pro lucta super pauimento nil aliud intelligens, nisi Pancratium uolutatorium, quod tamen ualde diuersum erat ab altera — 6 collect. cap. 27.
B uolutatione, ab Hippocrate ἀλινδήσιος nomine significata, qua homines in palaestra humi prostrati uel soli, uel cum alijs circumuoluebantur, & de qua Coelius Aurelianus uerba fecit, ubi uolutationem in palaestra pro diminuenda carne laudauit; si quidem in ea nec certabant, neque complicabantur, sed solum celeriter supra pauimentum nitidum aut puluere conspersum sese rotabant. unde Galenus eam inter celeres motus non sine ratione posuit. — 6. de dieta. — 2. đ tu. ua.

De Pugilatu, & Pancratio, & Cestibus. *Cap. IX.*



PVGILATORIAM πυγμικὴν a Graecis uocatam ante Troianorum tempora in usu fuisse, testati sunt Plinius, & ante Plinium Homerus, quem etiam Plutarchus in 2. Symp. obseruauit, continuo pugilatum luctae & cur- — Prob. 5.
C sui iccirco praeponere, quoniam hoc exercitationis genus prius illis originẽ accepit, sicuti quoq. Lucr. hoc uersu innuere uidetur.

Arma antiqua manus, ungues, dentesq. fuerunt. — Lib. 3.

Quid uero esset haec exercitatio, quomodoq. perageretur, pauci (quod ego sciam) diligenter explicarunt, & minus ceteris hanc rem intellexerunt illi, qui pugnam cestuum, & pugilatũ idem penitus exstitisse uoluerunt. ex auctorum tamen scriptis coniectura consequi possumus, in hac exercitatione homines nudos concertare consueuisse, pugnisq. strictis uel nudis, uel aenea, uel lapidea sphaera plenis, unde σφαιρομαχεῖν, uel loris laminaue circumsepti sese inuicem percutere modo caput, modo dorsum, modo brachia petentes, neque umquam sese mutuo complicantes; in qua pugna superabat qui uel aduersarium pugnorum ictibus in terram prosternebat, uel grauius & damnosius feriebat. Tyrrhenos ad tibiam πυκ-

τεύειν

τέυειν solitos fuisse, ex sententia Eratosthenis refert Athenaeus 4. D Dipnosoph. Hoc certamen Plutarchus quidem exercendo corpori inseruijsse, testatum reliquit. ego uero ita sentio, pugilatum inter exercitationes a Galeno in 2. de tu. ualetu. adnumerari, sed pro sanitate tuenda, proq. bono corporis habitu comparando parum in usu in gymnasijs fuisse. ad quod credendum duabus potissimum rationibus adducor, quarum prima est, quod Galenus bis, uel ter solummodo pugilatum nominauit; & Antyllus, qui hanc rem diligentissime tractauit, nullum paene uerbum de hac exercitatione habuit, sicuti nec ullus alius fide dignus medicus excepto Aretaeo, qui in uertiginosis pugilatum commendare uidetur: nisi (quod ego suspicor) sit Graecus contextus deprauatus. Quod si pugilatus medicae gymnasticae exercitationis genus exstitisset, aequum certe erat, non adeo ab omnibus silentio praeteriri. Altera ratio est, E quod, si naturam pugilatus exacte spectemus, cum percussiones, & euitationes bellum gerentibus necessarias aemuletur, ut dicebat Plutarchus, edoceatque, quin militarem peritiam magnopere adiuuet, infitiari non possumus; at cum solum brachia, atq. pugnos exerceat, interdumq. potius plagis ac grauibus percussionibus corpus offendat, quomodo ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni conferre possit, non uideo: ut tuto dicendum sit, pugilatum in gymnastica medica exiguum usum habuisse, in militari uero multum, in athletica plurimum: cuius principes & auctores fuisse Amycum, atque Epeum, prodiderunt Plato & Galenus, nec non in qua adeo Glacus Carystius excelluit, ut quincta & uigesima Olympiade coronatus pyctae idest pugilatoris nomine per excellentiam meruerit uocari. Pugilatores istos pinguedini comparandae operam dedisse, legitur apud Terentium, quod agebant, ut grauius percutere ualerent, & plagas ipsis illatas minus sentirent: est enim experientia & ratione comprobatum, obesos minus excarnibus iniurias sentire. Cur autem Tesprio ille Plautinus, ab Epidico interrogatus, quomodo herilis filius ualeret, respondeat, pugilice atq. athletice, non est admodum difficile coniectura consequi. quod etiam Galenus scriptum reliquit, Luctatores potissimum athletas ueros esse uocatos, sed paullo ante ipsius tempora etiam eodem nomine appellatos fuisse pugiles, & pancratiastes. qua de re fieri potest ut Plauti aetate pugiles ab athletis diuersi essent, utriq. tamen robori, & corporis crassitiei studerent, & iccirco seruus ille merito pugilatum, & athleticam separauerit, herumque suum robustum, & pingui uentre esse significarit. Ex lucta & pugilatu F

2.Symp. Prob. 5.

In Eun. act. 2. sce. 3.

1. de alim. fac. c. 2.

Plau. in Epidico.

tertium

A tertium quoddam excitationis genus componebatur, quod pan-
cratium communiter gymnastici omnes appellabant, in hoc (ut te
statur Aristoteles primo Rhetoricorum) qui exercebantur ader- Cap.5.
sarios & pugnis ferire, & cōprimere, & continere, & deijcere stude
bant: nam pugiles solis pugnis contendebant, nec umquam compli
cabantur; luctatores complicabantur & comprimebant, ut deijce-
rent, sed pugnis minime percutiebant; pancratiastae tum utroque
utebantur, & tum etiam quacumque alia ratione, ut dentibus, ge- lib.5.elia.
nibus, calcibus, talitris, denique toto corpore (ut dixit Pausanias)
aduersarium uincere contendebant, atque in eo a pugilibus diffe-
rebant. quod illi pugnis strictis, hi digitis solummodo inflexis cer 1.de motu
tabant. atque hoc significare uoluit Galenus ubi scripsit: εἰ δὲ ἑκα- muscul.
ςος τῶν δακτύλων καμφθῇ, τὸ σχῆμα τῆς χειρὸς γένοιτο μάλιςα »
B τοῖς ἐν παγκρατίῳ προτετακόσιν αὐτὴν ὅμοιον, hoc est, sin autem »
unusquisq. digitus flectatur, manus figura ijs maxime similis eua- »
det, qui ipsam in pancratio protenderint. talis etenim manuum fi- »
gura prehensandis aduersarijs, cui maxime studebāt pancratiastae,
ut nomen quoque significare uidetur, ualde accommodata erat;
his de caussis exercitatio haec παμμάχιον uocata est quandoque,
sicuti Plato Euthydemum πάμμαχον dixit, necnon ambobus diffi
cilius certamen habebatur, ob quod Galenus in 6. Epid. ubi reni-
bus affectis exercitationem commendat Hippocrates, sub tali exer-
citatione non debere pancratium ob magnitudinem laboris intel-
ligi credit. qua item ratione permotum opinor Platonem, dum 8.
de legibus sua illa parum ab aliquibus approbata feminas exercen-
di ratione ductus mulieres solummodo post nubilem aetatem pan
C cratio exerceri consulit. de Pancratij specie quapiam loquebatur
mea sententia Galenus, quando in commentarijs super libellum
de salubri diaeta dixit, gymnastas fere quos impinguare uolebant
constituisse, inter exercendum προσάπτεσθαι, καὶ σωματομαχεῖν,
(erant enim quaedam exercitationum genera) ut scilicet iungeren
tur, & toto corpore certarent, sed nudi, ac sine complexu. Hanc
exercitationem ex his fuisse, quae in gymnasijs peragebantur, per-
spicue significauit Propertius, ubi palaestrarum Lacedaemonio-
rum exercitationes decantans dixit:

Et patitur duro uulnera pancratio.

Neq. tamen ob id colligere decet, Pancratium apud medicos mul
tum in sanitatis usum uenisse, quoniam, si pugilatus & lucta rarius
ab ijs corpori exercendo probabantur, tanto minus Pancratium ex
pugilatu, & lucta constans sanitati multum ex usu esse potuisse cre-

dendum est. quod si Galenus aliquando scripsit se plurimos Pancratio sanitati restituisse, aut in ipsa conseruasse, illud effecit in ijs, qui exercitationibus huiuscemodi solis dediti erant, atq. tunc magna prudentia, & dexteritate adhibitis: ut nequaquam inferendum sit, Pancratium in gymnastica medicinae locum aliquẽ praecipuum habuisse; quamuis secus plurimum eius auctoritas in athletica ualuerit, atque etiam in bellica; quandoquidem in ludis, & certaminibus usqueadeo Pancratiastarum spectaculum oblectabat atque reputabatur, ut etiam nobiles illud exercere non recusarẽt, qualis fuit Phrynon Atheniensium dux Pancratiastes clarissimus, quem Pittacus Mityleneus singulari contendens certamine reste sub clypeo latente inuoluit, atq. hoc modo superauit: qualis item fuit Autolicus, cui ob gloriam Pancratij in Pritaneo loco Athenis dignissimo statua erecta fuit. Simile profecto pugilatui uel potius eius quaedam species erat certamen illud, quod cestibus peragebatur. ij autem erant laminae aeneae manibus alligatae, quibus autem alligabantur, erant lora quaedam punctis interstincta, quae manibus & brachijs circumcirca alligabantur, ut non modo pondere aliquo, & crassitie, uerum etiam soliditate cestibus certantes seipsos ferirent. unde patet, hos aliqua ex parte diuersos fuisse a pugilibus proprie uocatis, nempe qui solis manibus in pugnos coniunctis inter se dimicabant: quamuis etiam ita certantes nonnumquam pugiles uocari scio, ut apud M. Tullium 2. Tusculanarum quaestionum lib. Cestiphoros in gymnasijs quoque exerceri solitos testatum fecit Propertius, qui libro 3. in palaestris Spartanorum puellas etiam cum cestibus exerceri consueuisse, in hunc modum scribit.

2. d̄ tu. ua. cap. ulti.

Nunc ligat ad cestum gaudentia brachia loris.

Quod uero huiuscemodi certamen potius athletae, quam sanitatis studiosi exercerent, ex ijs, quae supra de pugilatu scripsimus, facile cognosci potest: quandoquidem tanto deterius percussiones cestibus impactae corpora hominum, quam pugnis afficiunt, quanto pugni expansis manibus. quare non est credibile sanitatis studiosos hoc exercitationis genus adamasse, & qui se uerberibus, plagis, & ictibus, pugnisq. exponeret, sanitati admodum consuluisse: sicut ex aduerso athletas non parum eo delectatos, hinc conijcere possumus, tum quia maxima populum huiuscemodi pugna delectatione afficiebat, tum quia gloriam, & praemia ex ea populi uoluptate in amphitheatris, & sacrificijs comparabant. Cestibus enim clarum fuisse Amycum Bebryciorum regem, Neptuni filium a Polluce

A luce occisum, scripsit Valerius Flaccus 4. Argon.

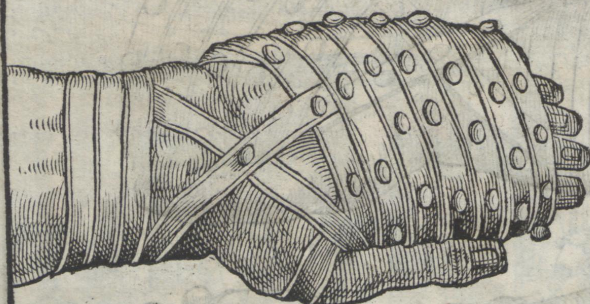
Sparta terapnea pugilem cum Gymnade pinguem
Stratum Bebrycijs Amycum suspexit arenis.

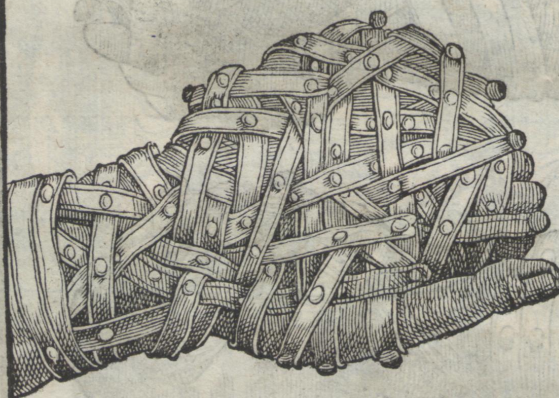
similiter Virgilius Entellum, ac Daretem, & Ouidius Brotheam, 5. Aneid.
ac Ammonem cestibus ualuisse scripserunt. itaque inter pugilatum, Pancratium, & cestus, unum Pancratium in medicina gymnastica frequentius, ceteros duos rarius usurpatos esse iam liquet. Pugilum autem, qui cestibus certabant, nec non cestuum ipsorum uarias picturas hic damus, ut ipsas uel ex sepulcrorum, uel ex gemmarum antiquarum sculpturis captas nobis dedit Pyrrhus Ligorius, in ueterum monumentis renouandis peritissimus.


PVGILES
ΧΥΣΤΟΣ


CAESTVS

CAESTVS





A *De Cursu.* *Cap. X.*


INter cetera, quae ob uitae conseruationem animalibus a natura tributa fuerunt, currendi potestatem praecipuã esse, omnes, qui eorum statum considerare uolent, sine labore intelligent, si quidem cetera quaeque, quibus se ipsa tuentur, uel non statim connascuntur, uel non perfecte corpora defendere ualent, quin ab insidiantibus aliqua ex parte laedantur; at cursus cunctis fere ab ortus principio donatur, atque ita corpora ab insidiatorum, & omnium offendere ualẽtium iniurijs tuetur, ut nullam laesionem ea sustinere patiatur. quo magis homini ualde conquerendum esset, cum multo tempore ad currendum ineptus degat; nisi & ipse, cui crura ambulationis, & cursus gratia B a natura in eam figuram fabricata Aristoteles & Galen. prodiderunt, hanc iacturam custodia parentum, sub qua tunc uiuit, facile emendaret, qui etiam naturae donis non modo ad uitam conseruãdam, uerum etiam ad eam iucunde simul, atque sane traducendam uel solus, uel omnium animalium maxime uti nouit, sicuti in cursu uidere possumus, qui cum uitae dumtaxat conseruandae caussa homini tributus foret, eo tamen ad gloriam, ad uoluptatem, ad sanitatem consequendam uti non aegre tulit. Quis nescit, maiores nostros inter alias exercitationes ad spectacula, ad militares exercitationes, ad sanos habitus acquirendos institutas cursum quoque habuisse? cui locum peculiarem in gymnasijs assignatum nullum uidere licet, quod haec exercitatio in uijs ipsorum communibus, dum ab alijs non occuparentur, fieri posset, atque etiam quandoq. C in loco, ubi altus puluis stratus erat, si credimus Luciano, ageretur. neque enim peridromidas ad cursum, etsi nomen innuat, sed ad deambulationis usum institutas scimus ex superioribus. Athletae, qui ludorum & certaminum gymnicorum celebritates repraesentabant, usque adeo currendi uim interdum aestimabant, ut (quod refert Plinius) lienem sibi ipsis inurendum curarent, quominus ille currendi celeritatem, sicuti solet, impediret. Huiusce cursus certamen, sicut & luctae, primos Eleos sine ullo ueteris memoriae exẽplo instituisse, auctor est Pausanias: apud quem similiter legitur, Endymionem filijs de imperio tale certamen in Olympia proposuisse; nec non currendi morem Nemiacis, & Isthmicis intermissum ab Hadriano restitutum esse. Ex quo loco scire possumus & seruos, & ingenuos antiquitus in cursus certaminibus contendisse: eo magis quod tradit Lampridius, Alexandrum Seuerũ num-

lib. de cõi aĩal. gres. li. 15. de usu partium.

In dialogo de gymnasijs.

li. 11. c. 37.

5. & 6 Eliacorum.

quam cursorem nisi seruum uoluisse, quo ddiceret, ingenuum nõ D
8. de leg. nisi in sacro certamine currere debere. Ex altera parte Plato ad bellicas exercitationes ita cursum commendauit, ut non modo uiros, & iuuenes, uerum etiam uirgines, pueros, & mulieres, omnesque tam nudos, quam armatos ad currendum exerceri uoluerit non in stadio solum, sed & in dolicho, in diaulo, & in ephippio. Platonis sententiam secutus Vegetius in commentario de militari exercitatione scriptum reliquit, ad cursum praecipue iuuenes, qui militari disciplinae incumbunt, assuefaciendos esse, ut maiore impetu in hostem currant: ut loca opportuna celeriter, cum usu uenerit, occupent, uel aduersarijs idem facere uolentibus praeoccupẽt, ut ad explorandũ alacriter pergant, alacrius redeant, ut fugientium facilius terga comprehendant. Refert Sallustius de Magni Pompeij exercitatione eum cum agilibus, saltu; cũ uelocibus, cursu; cum ualidis, E
uecte certasse, neque aliter Sertorio aequandũ umquam fuisse, nisi se, & suos milites huiuscemodi frequentibus exercitijs ad bella praeparasset. Ex quibus colligitur, cursum hunc in gymnastica bellica maximi momẽti fuisse, & quemadmodum athleticũ quattuor praecipuas habuisse species, stadium de quo D. Paullus loquebatur, quando dixit, currentes in stadio ob corruptibilem coronam certare; dolicum, diaũlum, & armatum, in quorum postremo bis Callicratem uicisse scribit Pausanias, unde σταδιοδρόμοι, δολιχοδρόμοι, διαυλοδρόμοι, ὁπλιτοδρόμι dicti sunt, horum exercitatores. Qui praeterea Galenum medicum in 2. & in 6. de tuen. ual. libro non oscitanter uidit, intelligere facile potest, cursum inter exercitationes sanitati ac bono corporum habitui conferentes non
lib. 1. c. 9.
lib. Epo. 2. xv. exiguam partem habuisse: quando etiam Seneca inter exercitationes corporis, quarum rationem habendam censuit, primum locum cursui dedit. Huius tres tantum species effecisse Antyllum reperio, alteram in anteriora currendi, alteram in posteriora, alterã in orbem. quamuis item apud Galenum & dolichum, & diaulum F
2. d̃ tu. ua. cap. 10. reperiri sciam, quorum alterum refert ipse Graecis continuatum diu cursum significare, quem tamen maior pars auctorum duplicis stadij spatium exstitisse censet, alterum uero definiunt fere omnes fuisse cursum, quo stadium semel currebant, & recurrebant. Itaq. stadium erat cursus unius tãtum stadij, dolichus duplex uno cursu stadium, diaulus duplex, & ipse stadium, sed reflexo cursu. ut fieri posse credam perystilij interioris ambitum, quem diaulum, ob duorum stadiorum mensuram uocatum tradit Vitruuius, huiuscemodi cursui inseruisse. Quapropter falsum illud esse deprehenditur,

A tur, quod apud Suidam legitur, stadiodromos longiorem tractum metiri cursu dolichodromis, cum huius contrarium manifesto intelligatur ex Parmenionis epigrammate.

φημὶ πολυστιχίην ἐπιγράμματος οὐ κατὰ μούσας
Εἶναι, μὴ ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον.
Πόλλ' ἀνακυκλεῖται δολίχου δρόμος ἐν σταδίῳ δὲ
Ὀξὺς ἐλαυνόμενος πνεύματος ἐστὶ τόνος.

Idem ex prouerbio *μή ζήτει ἐν σταδίῳ δόλιχον* a Polluce lib. iij. citato magis adhuc confirmatur, quo significatur, in re minori nō esse quaerēdā maiorem. Ad haec habuit cursus multas species a locorum uarietate desumptas, quoniam si quando extra gymnasia cursitabāt, prout necessitas, cōmoditasue postulabāt, aut per plana loca, aut per aspera, aut per aequalia, aut per inaequalia, aut per prata, aut per montes cursum agebant. Neque hic mirari debet quis-
B quam, quod ualetudini studentes extra gymnasia quoq. currerent; propterea quod loca similia cum haud quaquā omnes formas exercitationibus quibusuis aptas habere possent, cogebantur interdū homines, prout ualetudinis ratio exigebat, extra gymnasia ꝓdire, ubi perinde ac in illis modo induti, modo nudi currebant. de quibus omnibus exstat Aristotelis sententia, quod currētes nudi uestitis coloratiores redduntur, ut omnes qui loca libera & aspiratiora incolunt, melius colorantur, quam qui impedita & silentia tenent. 2. partic. prob. 30. & partic. 38. 3.

De Saltu. Cap. XI.

CVRSVI saltus, *ἅλμα* a Graecis gymnasticis uocatus, nō parum assimilatur, nempe qui, sicut cursus est continuatus saltus, ita ipse sit intercisus cursus; hunc a' saltatione,
C de qua superius sermonem habuimus, lōge differre, nullus ambigit, cum opus alterius *ὀρχεῖσθαι*, alterius *ἅλλεσθαι*, & a Platone, & a Galeno, & a reliquis probatis auctoribus dicatur. Huius exercitationes nullum fere ad bellicā exercitationem effatu dignum, aut non saltem necessarium, aut non admodum crebrum usum exstitisse, inde conijcerem, quod Plato inter alias nullā prorsus de illo mentionem fecerit sed unius Vegetij in hac re non contemnendi auctoris testimonium me secus sentire cogit, ubi scribit iuuenes, qui militiae operā nauant, ad saltū praecipue exercendos esse, quo uel fossae transiliuntur, uel impediens aliqua altitudo superatur, ut, cū eiusmodi difficultates euenerint, possint sine labore transire. In athletica uero facultate saltū locū habuisse, praeter Pin- lib. 1. de re mili. c. 9.

daricos interpretes, qui inter ludos in pentathlo contentos, saltum primum hoc uersiculo fecerunt.

ἅλμα, δίσκος, ἀκόντιον, δρόμος ἠδὲ πάλη,

idest,

Saltus, tum discus, tum lucta, & iacula, cursus,

testat abunde Aristoteles, q in libro de cõmuni aĩaliũ gressu scriptũ reliquit, pentathlos athletas halteribus utraque manu comprehensis maiorem, & concitatiorem saltum edere, quam non comprehensis, quod item post ipsum Theophrastus in libro περὶ κόπων plane confirmauit. Porro gymnasticam medicinae saltu nec ipsam caruisse, satis comprobauit Galenus, dum eum inter ceteras palaestrarũ exercitationes saepius recensuit: sed Antyllus penes Oribasium diligẽtius omnibus & saltum exercitationem sanitati idoneam esse, & quid sit, demonstrauit, ubi hanc sententiam habuit: quod exsilire, & saltare inter se differunt, quoniam πηδᾶν, siue exsilire est motus quidam cursui similis, quãdo scilicet eodem in loco corpus manet poplites inflectendo, & circumuehendo, saltus siue ἅλμα est motus ferme continuus in sublime, uel tamquam medium, uel tamquam metam nullis certis legibus, neq. imitationibus terminatus, ob quod a saltatione differre apparet, nempe quam legibus, numeris, & imitationibus uti ostendimus. has saltus species Senecam intellexisse existimo, dum pro exercendo corpore saltum commẽdabat, uel qui corpus in altum leuat, uel qui in longum mittit, uel qui saliaris, aut sulonius dicebatur. Exsilitione olim utebãtur Lacenae mulieres ad nates saltando, quae retroflexis cruribus ita saltabant, ut calcibus nates attingerent, quandoq. cruribus alternatim inflexis, quandoq. uero utrisque uno & eodem tempore. Has mulieres postmodum aereis statuis repraesentasse Callimacum statuarium, ob nimiam diligentiam Cacirotecnum nũcupatum, auctor est Plinius. quem autem proprie saltum Antylli auctoritate uocamus, in gymnasijs duplici modo usurpatum inuenio; altero, quando saltãtes uacuis manibus seipsos in sublime agebant: de quo uerba faciẽs Aristoteles scripsit, arduum & difficile esse, saltu continentem agere motum, argumentum afferens equorum illorum, quos pompae gratia sessores sustinere, nec progredi sinere solent, & qui ita sese mouentes cito lassantur, & fatigationem sentiunt; altero, quando manibus pondusculа çapiebant, ut illis firmati uehementius saltarent, quae pondusculа tametsi ab Aristotele, & Theophrasto ἀλτῆρας nuncupari sciam, tamen ἀλτῆρας aliud exercitationis genus exstitisse, inferius demonstrabo. Interim lapsum Cornarij adnotare placet,

Lib. 2. Epist. 15

Lib. 34. cap. 8.

Lib. de cõi aĩal gressu

in libro περὶ κόπων.

E

F

A placet, qui in commentarijs in secundum Galeni de composit. medicament. sec. loc. librum, huiusce rei ignarus, damnãdum putauit Budaeum, qui dixerit, certantes saltu halteribus usos esse; nam ut illi fortasse donem, quae ait de halterum, & halcterum diuersitate; nihilominus Aristoteles v. problem. viij. & Theophrastus libro de lassit. aiunt, (quod ipse negat) Quinquertiones, & alios melius saltare, si lapidẽ, uel halteres manu gestent, quam si brachio inani iactentur. Vnde fortasse & apud Galenum 2. de tuen. ualetu. & apud Artemidorum legendum non ἀλκτῆρες, & ἀλκτηρία, sed ἁλτῆρες, & ἁλτηρία: quando scilicet apud nullum alium auctorem hãc uocem ἀλκτῆρες usurpatam inuenire mihi contigit. Quomodo uero saltatio ista tam ab athletis, quam ab alijs perageretur, haec equidem conijcio, uidelicet quod interdum per plana loca conti-
B nuatis saltibus saltabant, atque tunc limitem, unde principium saltandi capiebant, βατῆρα appellatum, & mensuram κανόνα dictum habebant, quemadmodum quoque & terminum, quem attingere, magnam, praeterire, maximam laudem fuisse uerisimile est, τὰ ἐσκαμμένα uocatum, unde factum est adagium in eos, qui metam trã siliunt, πηδᾶν ὑπὲρ τὰ ἐσκαμμένα, aliquando ex humili loco in altum saltabant, aliquando ex alto in humilem, inter quos maiorem laborem afferebat qui ex humili in altum efficiebatur, cum simpliciter adscendere, quam descendere continuo laboriosius praedicauerint Aristoteles, & Theophrastus. Neque solum manibus ponduscula saltantes, ut melius exercerentur, habuisse inuenio, immo uero & grauiora pondera interdum supra caput, nonnunquam supra humeros, aliquando in pedibus gestabant: quemadmodum ui-
C dere est ex hac uetustae tabulae pictura, in qua saltantes appositissime repraesentantur: quamque ut antiquam, & ueram a Ligorio accepimus.



An ea pōdera dūtaxat ad maiorẽ exercitationẽ faciẽdã inſeruirent, ita exiſtimo, ijs, q grã ualetudinis exercebant, hũc finẽ habuiſſe. At alijs ad gloriã quãdã inanẽ potius tẽdebãt, qđ. ſ. ꝗ maioribus pōderibus onerati lōgius, & altius ſaltarẽt, ij maioribus pmijs, atq. honoribus decorarẽ-

A tur. Erãt quoque q supra utres oleo unctos & uino plenos pedibus saltarẽt; inter quos uictores ij cẽsebant, q ita sese dextere gerebant, ut prae lubricitate humi nõ caderẽt. atq. hi ꝑ uictoriae pmio utrẽ cũ uino ferebãt: q uero terrã natibus ꝑcutiebãt, nõ sine magna uoluptate spectatoribus risum mouebãt. Id autẽ antiqtus obseruatũ in ludis Baccho dicatis, quos ἀσκώλια uocabãt, ꝓdit, in qbus utres caprinis pellibus cõflati saltibus calcabantĩ in caprarũ cõtẽptũ, q̃ adeo uitibus infestae credũtur. De hoc Aristophanes in Plato': ἀσκωλίαζ᾽ ἐνταῦθα πρὸς τὴν αἰθρίαν. i. hic sub dio supra utrẽ salta, & Eubulus apud Aristophanis interpretẽ: καὶ πρὸς γε τοῦτο ἀσκὸν εἰς μέσον καταθέντες εἰσάλλεσθε, καὶ καγχάζετε ἐπὶ τοῖς καταρρέουσιν. i. Quare utrẽ in medio collocãtes supra ipsum saltate, & eos qui humi ceciderint, cachinno prosequimini. De his etiam Virgilius. 2. Georgicorum. *Atque inter pocula laeti.* 5. partic. Prob. Li. de lass.

B *Mollibus in pratis unctos saliere per utres*

Sed illud nõ ignorãdũ, qđ scriptũ est apud Iul. Poll. ἀσκωλιάζειν, tã de his, q̃ de uno subleuato pede, altero solo saltãtib', dictũ eẽ apđ ueteres.

De Disco & halteribus. *Cap. XII.*



DIsci iactũ inter exercitationes gymnasiorũ haudquaq̃ infimũ locũ habuisse, nõ modo Gale. clarissimis uerbis affirmauit, Propert. ꝓdixit, uerũ ẽt Vitruuius elegãtissima quadã historia apte insinuare uisus est, apud quẽ legiť, qđ cũ Apaturius Alabãdeus Trallibus scenã excellẽtissime finxisset, adspectusq. eius ꝓpter asperitatẽ eblãdireť oĩum uisus, & iã id opus ꝓbare fuissent parati, tũ Licinius Mathematicus ꝓdijt, & ait Alabãdeos satis acutos ad oẽs res ciuiles haberi, sed ꝓpter nõ magnũ uitiũ indecentiae insipiẽtes eos esse iudicatos, qđ in gymnasio eorũ, q̃ sunt statue oẽs, sunt caussas agẽ- 2. đ tu. ua. Libro 3. lib. 7. c. 5.

C tes, in foro autẽ discos tenẽtes, aut currẽtes, seu pila ludẽtes: notauit. n. mathematicus quod, sicuti statuae caussas agẽtes fori sunt ꝓpriae, ita discũ tenẽtes gymnasij, & ob id indecẽtẽ inter locorũ ꝓprietates statũ signorũ publicae ciuitati uitiũ existimationis adiecisse dixit. Erat itaque antiqs illis discus gymnasij exercitatio, quã an bellicae peritiae studiosi inter ceteras exercerẽt, nõ admodũ mihi cõstat, nisi Plato inter iaculationes illas uarias, quas magno ꝑe futuris optimis militibus cõmendat, disci quoq. iaculationẽ subintelligi uoluerit, quemadmodũ Homerus quoq. 2. Ilia. significauit, ubi finxit Achillẽ Agamẽnoni iratũ Myrmidonas suos a pugnãdo remouisse, atq. illos ipsos ne torqescerẽt in maris littore sese discis, atq. iaculis, tãquã militibus aptis, exercuisse: quasi si nõ laedẽdis hostibus, saltẽ uariae agilitati ipsorũ cõparãdae hmõi exercitatio accõmodata eẽt. Athletas uero in eo se exercuisse, nec nõ ĩ publicis certaminib' cõtẽdisse, manifestũ facere põt cõis auctorũ sñia, qui inter athletarum certamina discum omnes uno ore adnumerant, & praeter hos pictura, quam hic damus. Discus



ſicut etiam Galenus, Aetius, Paullus, & Auicéna inter exercitationes ſanitati & bono corporis habitui conferentes diſcum recenſent. Sed, priuſquam longius progrediar, rationi conſentaneum puto admonere, Diſcum penes ſcriptores uaria ſignificaſſe, nam teſtatur Suidas, diſcum

A ſcum fuiſſe inſtrumentum quoddam rotũdum, quod aliquando adeo
graue erat, ut uix ab uno hoĩe eleuari ꝑoſſet: ueluti a D. Hierony-
mo de ſe ipſo ſcriptum eſt. De hoc equidem locutum opinor Solonem
apud Lucianum, ubi interrogans Anacharſim, nunquid in gymnaſio
globum quendam iacentem aeneum, atque teretem, in parui ſcuti fi-
guram formatum, neq. lorum, neq. baltheum habentem uidiſſet, qui
grauis, & comprehenſu dificilis erat, eum manu ſurſum extortum in
aerem aliquos iaculari conſueuiſſe, ſubiungit: Aliquando etiam inue-
nio, inſtrumentum illud figuram ſolis corpori ſimilem habuiſſe, quod
ab Alexandro in ij. problem. (ſiue is Aphrodiſienſis, ſiue Trallianus,
quod magis ſuſpicor, exſtiterit) ſolis corpus δίσκος uocetur. Vocatus
ſimiliter fuit diſcus quadra rotunda, qua epulae in menſas fereban-
tur. Vnde δισκοφόροι appellati ſunt, qui quadris ferendis deſtinãtur.
B Sic legimus caput D. Ioannis Baptiſtae ſaltatrici in diſco oblatum eſſe.
Poſtremo diſcum inſtrumenti, de quo nos loquimur, genus deſignaſſe
reperitur. Quale porro inſtrumentum is eſſet, ita ꝓditum inuenio. In-
terpres Homeri Euſtathius exponens uerba illa ij. Iliados.

δίσκοισιν τέρποντο, ideſt, *ludebant diſcis*,

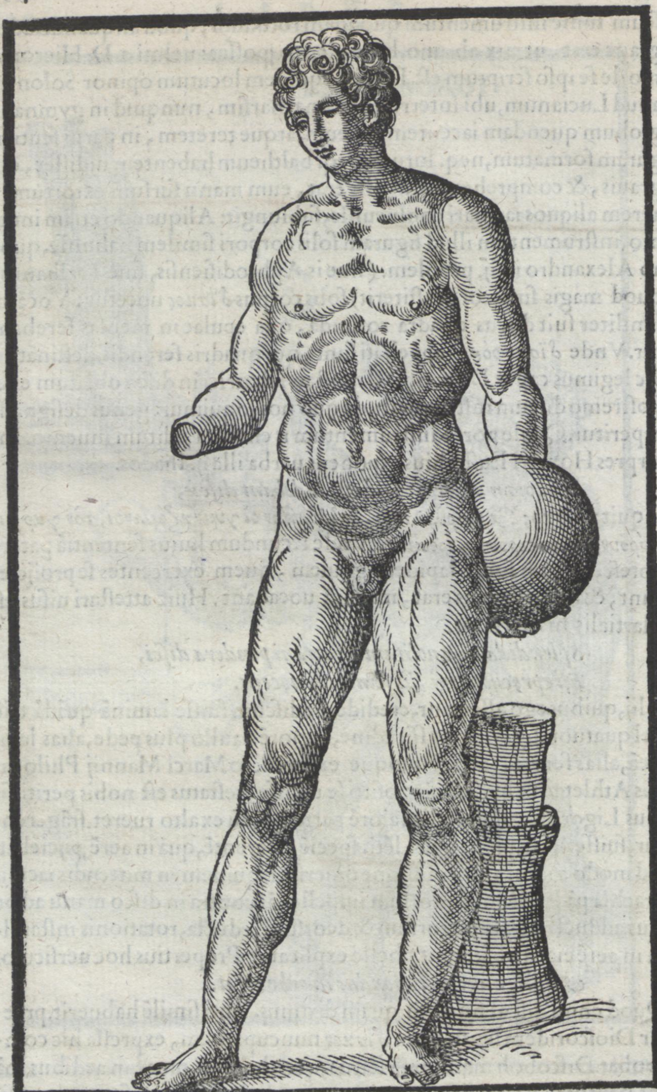
inquit: δίσκος ἐστὶ βαρὺς λίθος, ὃν ἐρρίπτουν οἱ γυμναζόμενοι, τὸν γὰρ σι-
δηροῦν, σόλον προσαγορεύουσι. Vnde ſecundum huius ſententiã patere
poteſt, diſcum fuiſſe lapidem grauem, quem exercentes ſe proijcie-
bant, &, cum ferreus erat, maſſam uocabant. Huic atteſtari uiſus eſt
Martialis his uerſibus.

Splendida cum uolitant Spartani pondera diſci,
Eſte procul pueri, ſit ſemel ille nocens.

Alij, quibus ego aſſentior, crediderũt diſcum fuiſſe laminã quãdã triũ
C uel quatuor digitorũ craſſitudine, lõgiorẽ paullo plus pede, alias lapi-
deã, alias ferreã, (aeneã quoque ex ſepulcro Marci Mannij Philopa-
tris Athletae in uia Salaria poſito ſe uidiſſe, teſtatus eſt nobis peritiſſi-
mus Ligorius) cuiuſmodi maiorẽ partẽ, ne, dũ ex alto rueret, frãgeren-
tur, fuiſſe puto, planã quaſi lẽtis ſpeciẽ referentẽ, quã in aerẽ ꝓijciebãt,
ſed modo a iaculorum miſſione diuerſo, ſi quidem in mittendis iaculis
brachia pãdebãt, mox prorſum impellebãt contra in diſco manu ad pe
ctus adducta, atque extrorſum & deorſum reducta, rotationis inſtar il-
lũ in aerẽ eiaculabãtur, ut ꝓbelle explicauit Propertius hoc uerſiculo.

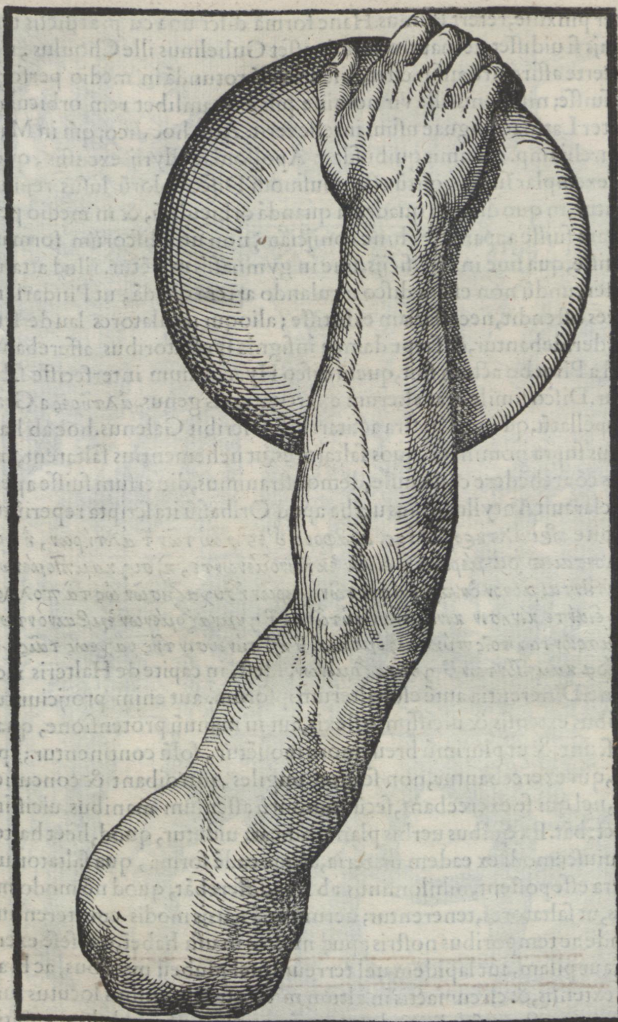
Miſsile nunc diſci pondus in orbe rotat.

Quod enim diſcus figuram, quam diximus, lenti ſimilẽ habuerit, prae-
ter Dioſcoridem lenticulam δίσκον nuncupantem, expreſſa hic com-
probat Diſcoboli marmorea ſtatua, quae hodie Romae in aedibus Ioã
nis Baptiſtae Victorij ſeruatur, in cuius manu diſcum figura a nobis
expreſſa poſitum uidere licet.



qđ itē ostēdit alterius discoboli brachiū Lapideum hodie in magni Tusciae ducis aedibus Pittis uocatis seruatū, ex quibus similiter discū eiaculādi modū intelligere licet, ut prudēter nos monuit doctissimus Petrus Victorius aetatis nostrae ornamentū, q brachij figurā ad nos misit.

Petrus Victorius δ Brachio Discoboli i aedib. Pitti



Harum statuarum similes alias duas discobolorum fuisse uerisimile est, quarum unam ex aere Myronem praeclarissimum statuarium finxisse, a Quinctiliano celebratam; aliā Tauriscum pictorem illustrem excel-
lenter

lenter pinxisse, refert Plinius. Hanc formã disci una cũ praedictis testi- D
monijs si uidisset, ac mature examinasset Gulielmus ille Choulus, nũ-
quã certe affirmare ausus esset, discum pilã rotundã in medio perfora-
tam fuisse; nisi bonus ille vir nomine pilae quamlibet rem orbiculatã
praeter Latinae linguae usum intellexerit. Atq. hoc dico; q̃m in Mar-
ci Aurelij Imp. nummis quibusdam Apolloniae Illyrij excussis, quo-
rum exemplar supra positũ est, huiusmodi Discobolorũ lusus repraes-
sentatur, in quo discum quadram quandã orbiculatã, & in medio per-
foratam fuisse apparet. Vt hinc conijciam, non unã discorum formam
exstitisse, qua siue in sacrificijs, siue in gymnasijs uteretur. illud attamẽ
praetereundũ non est, in disco iaculando artem quãdã, ut Pindari in-
terpres ostendit, necessariam exstitisse; alioqui iaculatores laude fru-
strati deridebantur, & saepe damna insignia spectatoribus afferebant,
quod a Phoebo actum fuit, quem disco Hyacinthum interfecisse fabu- E
lantur. Disco simile erat alterum exercitationis genus, ἁλτῆρες a Grae-
cis appellatũ, q̃d in palaestra actitari solitũ scribit Galenus. hoc ab hal-
teribus supra nominatis, quos saltatores, ut uehementius saltarent, ma-
nibus cõprehẽdere cõsueuisse, demonstrauimus, diuersum fuisse aper-
te declarauit Antyllus, cuius uerba apud Oribasiũ ita scripta reperiũtur
in capite περὶ ἁλτηροβολίας. Διαφορὰ δ' ἐστιν αὐτῶν τῶν ἁλτήρων, ἢ γὰρ
βάλλονται παρὰ μέρος τῶν χειρῶν ἐκτεινομένων τε, καὶ συγκαμπτομένων,
ἢ κρατοῦνται μόνον ἐν προτάσει τῶν χειρῶν ἡσυχαζουσῶν ὡς τὰ πολλὰ
βραχεῖαν τε κίνησιν κινουμένων αὐτῶν τε τῶν γυμναζομένων ἐμβαινόντων,
καὶ ἀνασειόντων τοῖς πύκταις ὁμοίως, ἢ κατὰ σύννευσιν τῆς ῥάχεως ταῖς χερ-
σὶ παρακαμπτόντων τῶν γυμναζομένων. idest, in capite de Halteris iacu-
latione. Differentia autẽ est halterum ipsorum. aut enim proijciuntur F
manibus extensis, & uicissim inflexis, aut in manuũ protensione, quae
quiescunt, & ut plurimũ breui motu mouẽtur, solũ continentur; ipsi
uero, qui exercebantur, non secus ac pugiles, introibant & concutie-
bant, uel qui se exercebant, secũdum dorsi assensum manibus uicissim
se flectebãt. Ex quibus uerbis plane indicari uidetur, quod, licet halte-
res huiuscemodi ex eadem materia, atque eadẽ forma, qua saltatorum
põdera esse possent, nihilominus ab illis differebãt, quod nõ modo ma-
nibus, ut saltatores, tenerentur; uerum etiã uarijs modis emitterentur,
perinde ac temporibus nostris apud multos in usu habet̃, qui sese exer-
cent, aut pilam, aut lapidem uel terreum, uel plũbeũ manibus, ac bra-
chijs extensis, & circumactis in altum mittentes, de quibus locutus fuit
Arataeus, auctor nõ minus ꝓbatus, quã antiquus; ubi in dolore capitis
τῶν ἁλτύρων βολὴν commendauit. Et ut possit certior formae huiusce ex-
ercitationis notitia haberi, adponendas curauimus halteristarũ imagi-
nes, quas ex gemmis antiq̃s sculptis acceptas ad nos misit Phrryus Lig.



Et ne quis a nominum aequiuocatione errandi occasionem aliquādo capiat, illud animaduerti uolumus, ab ἁλτῆρος ἀλητῆρα non parum differre: quandoquidem ἁλτὴρ exercitationis genus iam a nobis descriptum, nec non pondera a saltatoribus manibus apprehendi solita significat, ἁλτῆρα uero genus fuisse orchesticae, siue saltationis apud Sycionios usitatum refert Athenaeus. quo nomine Ithacenses quoque unam exercebant, quam non sine Vlyssis fortuna atque aerumnis constitisse arbitror; si quidem ἀλητὴρ ex Homeri uersibus, ex Hippocratis usu, atque Galeni interpretatione mendicum atq. erroneum significat. Quales porro fuerint huiusmodi halteres, nihil aliud explicatum reperio, nisi id quod Pausanias in. v. Eliacorum scripsit in hunc modū: Οἱ δὲ ἁλτῆρες οὗτοι παρέσχοντο σχῆμα τοιόνδε· κύκλου παραμηκεστέρου, καὶ οὐκ ἐς τὸ ἀκριβέστατον περιφερεῖς εἰσιν ἥμισυ, πεποίηται δὲ ὡς καὶ τοὺς δακτύλους τῶν χειρῶν διιέναι, καθάπερ διὰ ὀχάνων ἀσπίδος. idest, Hi autem halteres circuli oblongioris figuram habent, neque dimidio ad exactissimam rotunditatem perueniunt. Ita uero facta eorum est figura, ut manuum digiti tamquam per clypei ansam immittantur: a quo paullo diuersius sensisse uidetur Coelius Aurelianus medicus inter Latinos antiquos, ubi scribit, Arthriticis conuenire ceram digitis emolliendam dare, uel manipulos tenendos, quos palaestritae halteras appellant, tum mouēdos cereos, uel ligneos, primo cum paruo plumbo interfuso, tum pro modo profectus grauiores. Ex quibus uerbis elicitur Halteres fuisse massulas quasdam, siue manipulos ex uarijs materijs modo leuioribus, modo grauioribus confectos, ea magnitudine, ut manu quilibet caperetur. qui mea sententia nedum solis manibus, uerum etiam funiculis halteribus ipsis circumfusis, deinde interproijciēdum explicatis, emittebatur, perinde ac faciunt hisce temporibus multi, qui sicaut rotulas ferreas, aut caseos, aut quid aliud simile proijciendo certant. An uero ἁλτῆρες a Platone inter ceteras ad fortitudinem militarem comparandam excogitatas exercitationes nominentur, nihil certe explicatum habetur: opinor tamen ego, ipsum ubi 8. de legibus, haec de mulierum proprijs exercitationibus scribit, καὶ λίθοις ἐκ χειρός τε, καὶ σφενδόναις ἁμιλλομένων, nil aliud animo concepisse, nisi quod illae tum lapidibus a manibus, tum a fundis emissis inter se certare deberent. nam & ἁλτῆρες aliquando lapides erant, quos a manibus exercitatores eijcere consueuisse indicauimus; unde sub nomine lapidis a manibus emissi ἁλτῆρα Platonem intellexisse non est prorsus rationi dissentaneum: ueluti certum est, fundam ab halteribus diuersam funiculum

Li. 4. chro. cap. 2.

ne piano di Toscana si gioca al Cacio a ruzzolo con u.a cordicella a volta. et Giocano i Contadinj

D E F

lum

A lum quendam fuiſſe, qui duobus capitibus manu capiebatur, altero cum anſula ne exiret, altero ſine ut dimitti poſſet, atq. in medio latior erat, ut ibi lapis contineretur, quem circumacto ualide funiculo & ab uno capite dimiſſo uehementer ptoijciebant funditores. quam proiectionis formam duabus de cauſſis a Phoenicibus, quos Plinius fundae inuentores fecit, repertam credo; altera, ut minus manibus ex lapidum aſperorum attrectatione nocumentum accederet; altera, ut longinquius & maiore impetu lapides proiicerentur. unde Dauidem ad proſternendum Goliatem funda uti uoluiſſe exiſtimo, quoniam aduerſus robuſtiſsimum Gigantem maxima ui, & maximo armorum impetu opus eſſe cognouerat. Hoc genus certaminis apud Balearium inſularum populos uſq. adeo celebrabatur, ut matres filios ſuos alijs auibus ueſci non paterentur, niſi B quas funda ſibiipſis comparaſſent. lib.7.c.56.

Et ideo Virgilius fundam cognomine Balearem hoc uerſu appellauit.

Stuppea torquentur balearis uerbera fundae. 1. Georg.

& Statius libro primo.

Roboraq. & grauidas fundae balearis habenas;

Ouidius lib. ij. Metamorph.

Non ſecus exarſit, quam cum balearica plumbum
Funda iacit: uolat illud, & incandeſcit eundo.

Quod uero bellica gymnaſtica huiuſmodi exercitationem in uſu haberet, faciliter ex Vegetij commentarijs unuſquiſque cognoſcere poteſt.

C

De Iaculatione. Cap. XIII.



QVAMVIS τῆς πάσις ῥίψεως ſiue iaculationis omnis nomine apud Platonem quandoq. omnem ſiue lapidis, ſiue iaculi, ſiue alicuius alterius proiectionem noſſe ualeamus, nihilominus duas praecipuas illius ſpecies effeciſſe 8. de legi. dialogo uidetur, alteram τοξικὴν, alteram ἀκόντισμα uocans, quarum duarum Apollinem atque Aeſculapium praeſides exſtitiſſe tradit Galenus; nos primam ſagittationem, ſecundam iaculationem cunctos fere Latinos ſecuti nuncupabimus. ſagittationem tribus praecipuis modis fieri ſolitam inuenio, tum ſolis amentis, de quibus Silius lib. 14. 7. de leg.

haſta iuuatur amento:

tum arcubus, tum baliſtis, quibus ſagittas ſubtiles, exſileſq. infiger-

tes, ac primo tendentes, deinde remittentes illas eiaculabantur: at- D
que hi communi appellatione τοξευταὶ uel τοξόται uocabantur; unde uenenum quoddam τοξικὸν nominari scribit Paullus Ægineta medicus, quod Barbari sagittas ad feriendum letalius illo inficerent: Iaculatio uero non modo sine amento, arcu, balistaue efficiebatur, uerum etiam grandiores sagittas, crassioresq. uirgas, & plerumq. graues palos requirebat; quinimmo sagittarij solis brachijs sese mouebant, ἀκοντίζοντες autem siue iaculatores in iactu brachia contorquebant, extendebantq. & praeterea dorsum necnon femora pedibus immotis flectebant, agitabantq. quemadmodum temporibus nostris, quos pali iaculatores appellant, factitare conspicimus: utriq. tamen in huiuscemodi exercitationibus obeundis non paucis uiribus indigebant, unde non sine ratione Hippocrates, multos ex Scythis prae impotentia humiditatis humerum neq. arcum E
intendere, neq. telum contorquere potuisse memoriae mandauit. Habebant uero, qui sic exercebantur, terminos, & scopos sibi propositos, quos modo praeterire, modo attingere, uictoriae gratia quisq. conabatur. quod explicauit Horatius hoc uersu.

li. de aere, aquis, & locis.

Saepe disco,

Saepe trans finem iaculo nobilis expedito.

Lib. 1. car. ode. 8.

Ceterum hoc in loco id praeterire nolo, quod balista fuit tormenti quoq. genus, quo secundum Vegetium lapides, & sagittae eiaculabantur; & quod similiter sagittas catapultis, & scorpionibus antiquos eijcere consuesse scripsit Vitruuius, de quibus tractare ad institutum nostrum minine pertinet: quas uero nos sagittationes, & iaculationes tractamus, illae sunt, quas gymnastica facultas tamquam F
proprias sibi exercitationes complectitur. Quod.n. medicinae gymnastica iaculationes, atq. sagittationes pro sanitatis adminiculis in usu habuerit, (licet apud auctores raro scriptum inueniatur) inde tamen conijcere possumus, quod antiqui, referente Galeno, eosdem medicinae & sagittationis, iaculationisue Deos Apollinem nempe atque Æsculapium effecerunt. At iaculationis utriusq. tam cum arcu quam sine, praecipuum in bellica gymnastica usum apud priscos fuisse, locupletissimum testem Platonem habemus, qui mulieres, & uiros futuros bellis aptos hisce in primis exercendos curauit, id quod mulieres Scytharum antea facere solitas sciebat, quas Hippocra. & pedibus, & ex equis arcubus uti, & sagittas eiaculari consueuisse, scriptum reliquit; ut sileam Homerum, qui Myrmidonas Achillis milites, dum a bello uacarent, sese iaculando exercere, ne peritiam militarem amitterent, finxit. quam peritiam quantopere

li. de re mil. lit.

li. 10. c. 15.

Gal. in sua ad. bo. ar.

Loco citato.

A iaculandi, & sagittandi exercitatio, adiuuet, quantumq. eadem roboris lacertis afferat, clare indicauit Vegetius in. 1. de exercitatione militari lib. Athleticam neq. iaculandi exercitatione caruisse, Hercules illius auctor fidem facere potest, quem sagittãdi peritissimum ea facultate centaurum Nessum quamuis remotum, & ceruam aeripidem transfixisse, harpyiasq. uolucres in medio aere confecisse, tradit Seneca, atque cum eo alij. Ad haec etiam diuersae illae, atq. multiplices belluae, quas in publicis spectaculis, ac ludis athletae modo sagittis, modo alijs armis interimebant, clarissimum argumentum praebent, certatores illos athleticos iaculationem quoq. exercuisse, nec modo ignobiles, uerum etiam maxime illustres uiros, atq. etiam imperatores ipsos, inter quos duo adnumerantur Commodus uidelicet Faustinae Pij & prioris Faustinae filiae, &
B Marci principis filius; nec non Domitianus, quorum hunc centenas uarij generis feras in Albano secessu sagittis plerumque multis uidentibus confodisse, scribit Tranquillus; illum centum ictibus in arena totidem feras strauisse tam ualidis uiribus, ut multas uno conficeret ictu, tradit Herodianus: qui similiter scribit adeo illi certam manum fuisse, ut, quidquid oculo destinasset, iaculo & sagitta contingeret. Ergo iaculationem & in bellica, & in athletica, & in medicinae gymnastica locum habuisse, compertum est; cuius quidem iaculationes duo potissimum instrumenta fuisse, diximus, arcum, & sagittas, quos alij Scythem Iouis filium, alij Persen Persei filium inuenisse dicunt. Iam uero sagittarum multas species fecimus, alias subtiles & exsiles, quae arcubus, & balistis eiaculabantur, quasq. plumbatas fuisse existimo: quamplurimorum, & praesertim
C Pacuuij in Paullo ita loquentis, Sagittis, plumbo, & saxis grandinat, niuit: nec non Aristotelis auctoritate ductus, qui in. 2. de caelo scripsit, sagittas per aerem latas ipsum ignire, atque ipsum ita ignitum plumbum postmodum quod in eis continetur liquefacere: alias crassiores, iacula a Latinis uocatas, a Graecis ἀκόντια, quarum inuentorem Aetolum Martis filium, credit Plinius: alias adhuc crassiores & grauiores, palos nostri uocant.

Libro I.

Plinius lib. 7. c. 56

Explicit Liber Secundus.

ARTIS·GYMNASTICAE LIBER. TERTIVS

De agendis, & de ratione praesentis tractationis. Cap. I.


VLTAS exercitationum species ab antiquis in usu habitas superiori libro, qua potuimus perspicuitate, enarrauimus; multae adhuc restant non minus fortasse scitu dignae, quam illae; quarum maior pars tametsi haudquaquam in gymnasijs praecipue perageretur, neq. item ad saltatoriam pertineret, in quam, & palaestricam uisi sumus superiori libro uniuersam gymnasticam distribuere, cũcta tamen tractari oportere duximus, quia illa etiam si non proprie, saltem communiter exercitationes uocari merentur, & propterea nullo pacto a gymnastica excludi debent. Amplius eadem ad bonum habitum corporis, atque ad ualetudinem conferre omnes medici fatentur: unde, cum studium nostrum in hoc praecipue uersetur, ut eas omnes corporis exercitationes tradamus, quae & ualetudinem iuuare, & optimum corpori habitum parere iudicatae sunt, de hisq. singulis gymnasticam considerare statuerimus, uel unum aliquod intractatum relinquere praeter ordinem, & praeter institutum nostrum foret. Neq. uero nobis illud uitio obijci debet, quod de medicinae gymnastica sola sermonem habere in animo habentes, multa de athletica, plurima de bellica immiscuerimus, atque adhuc in sequentibus idem facturi simus: propterea quod primum atque praecipuum consilium nobis fuit de medicinae gymnastica uerba facere. at postea tribus de caussis reliqua adiunximus, tum ut aliarum duarum condicionibus breuiter cognitis tota tertiae illius natura magis perspecta foret, tum ut, quae confuse de singulis simul, uel indistincte saltem ab auctoribus tã Graecis, quam Latinis tradita fuerunt, ex distinctionibus nostris perfecte discerni possent, neque ulla lectoribus errandi occasio relinqueretur, tum quia eaedem exercitationes ab athletis, a militiae studiosis, & denique a sanitatis professoribus usitatae reperiuntur. quod si de medicinae dumtaxat gymnastica sermonem habuissemus, necessario paene secuturum erat, ut uel hanc unam exstitisse crederent lectores, uel saltem alias ab hac una & normas, & originem suscepisse. quod quantos in auctoribus legendis errores peperisset,

A risset, nemo uel mediocriter in bonis artibus uersatus uidere non potest, praeterquã quod si quae de gymnastica medica scripsimus, quaeq. uberius in sequentibus dicturi sumus, ijs, quae de ceteris duabus a nobis dicta fuerunt, alicui comparare placuerit, cognoscet profecto illa minimam partem obtinuisse, & proinde numquã iure infitiabitur, quin manifeste appareat nos de gymnastica arte medicinae subiecta, & non de ulla alia tractare uoluisse: haec est enim illa, quae tametsi corporis uni curae operam nauare uideatur, ita tamen & illius, & animae simul exercitationis, quod in Timaeo admonebat Plato, curam gerit, ut non sinat ita corpus prae robore, atque crassitie insolenter ferocire, quin animi motionibus secundum rationem sese domandum, castigandum, atque dirigendum subijciat: id quod athleticam non effecisse, & iccirco ab

B omnibus recte institutis rebus publicis summopere damnatam atque ignominiose explosam fuisse, Galenus saepius praedicauit. ut etiam hac ratione merito excusari debeamus, si plura quam par aliquis iudicasset, de ea locuti sumus, quod ob id facere potuimus, ut eius natura ex ungue (ut aiunt) aestimata, & exercitationum, & in uiuendo, ac conuersando athleticorum morum prauitatem cognoscere, cognitam detestari, atque euitare liceret. 5 de tu.ua. cap. 11.

De ambulatione. *Cap. II.*



QVANTVM commodi humanae huic uitae deambulatio praestet, satis aperte sapientissima natura demonstrauit, quae mirifico quodam artificio, singulariq., & pro-

C pe diuina prouidentia nobis pedes non ob aliud fabricauit, nisi ut deambulare, atque deambulantes actiones illas, ad quas nati sumus, perficere ualeremus. quod cum Praedo ille circa Coracesium Pamphiliae animaduertisset, ne homines, qui in eum incidebant, ambulare amplius, & reliqua uitae munia plene, honesteq. obire ualerent, pedes illis, sicut refert Galenus, memorabili quodam crudelitatis exemplo amputabat. Deambulatio ergo quã ueluti necessariam, atque in primis commodam siue natura, siue Deus nobis tribuerunt, quanto studio custodienda, atque adiuuanda sit, nullus non uidet; eo praesertim, quod si ullae exercitationes corporis inueniuntur, quae ualetudinem conseruare, imbecillitatem a morbo contractam pellere, & bonum corpori habitum comparare ualeant, quaeq. apud omnes homines, omnesq. nationes in frequentiori usu sint, una profecto exsistit deambulatio, quam non 3 de usu partium.

D modo medici praecipuam eorum gymnasticae partem effecerunt, uerum etiam antiqui omnes usque adeo aestimarunt, ut inter cetera priuatis exercitationibus destinata, & in gymnasijs & extra loca, nullius maiorem curam gessisse, nulliq. magis studuisse uideantur, quam ut accommodata omni tempore deambulantibus loca exaedificarent. Nam (ut ceteros auctores fide dignissimos omittam) Vitruuius quantopere in deambulacris fabricandis inuigilandum cēsuerit, unusquisq. ex eius scriptis facile comprehendet: ego certe ante & post Vitruuij tempora innumera in urbibus deambulationibus loca magnifice extructa scio. quae omnia apud me tribus generibus complectuntur, quia uel porticus erant, uel subdiales loci, uel subterranei. Porticus enim quandoq. theatris, quandoque templis, & illustrium uirorum domibus adiungebatur. ante balnea similiter fuisse porticus ambulationi dicatas, scribit Galenus; quandoq. solae & separatae exstruebantur, quales plurimae Romae olim fuerunt, quarum uestigia nunc admirationem spectatoribus pariunt, & qualis fuit Pompeiana, de qua & Ouid.

lib. 5. c. 9.

E

5. de tu. ua. cap. 11.

Tu modo Pompeia lentus spatiare sub umbra.

& Propertius libro. 2.

Scilicet umbrosis sordet Pompeia columnis,
Porticus aulaeis nobilis Attalicis & lib. 4.
Tu neq. Pompeia spatiabere cultus in umbra,
Nec cum lasciuum sternet arena forum. & Martial. li. 11.
Cur nec Pompeia lentus spatiatur in umbra.

F Ex quibus trium poetarum uerbis clare patet, Pompeianam porticum ad deambulationes exaedificatam fuisse, quemadmodum & quamplures alias in id constructas esse, apud Ciceronem tertio de oratore libro disputatur. Quod porro subdiales quoq. locos ad deambulatium tam commoditatem, quam iucunditatem maiores nostri exstruerent, atque illos modo arboribus consererent, modo nudos relinquerent, praeter Vitruuium qui eos in gymnasijs, & extra gymnasia quomodo fieri deberent, copiosissime edocuit, argumēto quoq. sunt xysta illa a nobis superius declarata, & praecipue deambulatorium illud Atheniensium in Academia, quod pulcherrimis platanis consitum ad id fuisse scribit Plinius, & ad cuius imitationem Alexandrum Seuerum nemora in publicis thermis, atque in suis aluisse existimo. Subterraneos uero locos quosdam ambulationibus destinatos fuisse, quos ob id hypogaeos Hegesippus, & Petronius uocarint, haud uero disimile uidetur: quoniam temporibus, quibus mirum in modum luxus creuerat, fieri potest, ut una

l. 12. c. 2.

A cum innumeris alijs blandimentis excogitati sint ad uitandas aestiui caloris molestias. nisi eos potius credamus fuisse crypto porticus undiq. parietibus tectas, iccirco in eam formam fabricatas, ne ambulantes a uentis, & a reliquis aeris iniurijs laederentur, qualis hodie Romae in uiridario Vaticano uisitur, & quales fuisse illos uerisimile est, quos se inter ruinas uillarum Luculli tam in agro Tusculano, quam in monte Pausilippo uidisse, testatus est nobis Ligorius: quosue Plinius secundus in uillae suae Laurentini, & Tuscorum descriptionibus pluribus uerbis depinxit. De his Varro apud Nonium, Non uides in magnis peristylis, qui cryptas domi non habent, sabulum iacere a pariete, aut Euripis, ubi ambulare possint. Qui enim ambulationibus sese exercebant, omnes fere sanitatis gratia illud agebant, ut necessario cogerentur secundum B temporum mutationes uarios locos habere, quibus citra ualetudinis offensionem ambulationes perficerent. Sostratum Gnidium architectum celebratissimum ambulationem etiam pensilem primũ omnium Gnidi fecisse, refert Plinius lib. XXXVI. cap. XII. Nam athletas ambulationibus numquam uti solitos ex eo credere debemus, quod neque in ludis, neque in amphitheatris, neque in sacris certaminibus, quibus omnibus inseruiebant, umquam eos ambulando contendisse legitur. Quod si locus in gymnasijs athletarum exercitationibus, & locus ambulationibus destinatus, quem Xenophon, & Vitruuius Xystum uocatum scribunt, uicini erant, non ideo inferre debemus, athletas deambulando exerceri solitos, sed alios in Xystis ambulare, athletas seorsum exerceri consueuisse: nisi dicamus athletas quoque post uehementes exercitationes ambu- C lasse, atque illam ambulationem apud medicos ἀποθεραπείαν uocatam esse, & non proprie exercitationem: quid autem apotherapia foret, inferius declarabimus. Militari similiter peritiae studentes ambulationem parum curasse credendum esset, postquam nec Plato ullam eius mentionem fecit, nec in ullo bellorum genere ad iumentum effatu dignum praestare uidetur, nisi Vegetius edocuisset ualde militibus futuris ex usu esse, ut assiduo exercitio ambulare celeriter, & aequaliter discant, atque ob id ueterem consuetudinem permansisse, nec non D. Augusti, atque Hadriani constitutionibus praecautum fuisse, ut in mense tam pedites, quam equites educerentur ambulatum, & non solum in campis, sed etiam in cliuosis, & arduis locis descendere, atq. adscendere cogerentur, quo nulla res uel casus pugnantibus accidere posset, quam non ante boni milites assidua exercitatione didicissent. Habuit uero haec exerci

li. Epist. 2. & 5.

In Oecon.

lib. 1. de re mil. cap. 9. & penult.

tatio multas species tum a natura illius, tum a loco, tum a fine desumptas; a natura quidem, quoniam, cum ambulationem definierit Galenus ex crurum motu, ac quiete constare, motus ille, & per consequens ambulatio, aut erat magna, uel parua; aut uelox, uel tarda; aut uehemens, uel remissa: a loco autem uariabantur pariter ambulationum species, quandoquidem modo in urbe fiebant, & in gymnasijs, modo extra urbem, quemadmodum Phaedrus, & Prodicus apud Platonem faciebant, nec non Iscomachus apud Xenophontem, qui dum in agrum pedibus seruum suum equum ducentem sequeretur, meliori se exercitatione uti dicebat, quam si in xysto ambulasset; modo in locis planis, modo asperis, modo arenosis, quos pro paralyticis Asclepiades, Erasistratus, ac Themison male comendabant, modo aequalibus, modo inaequalibus, modo longis, modo breuibus. de quibus omnibus copiosissime disseruit Arist. in 5. probl. parti. A fine demum accipiebantur deambulationes, nempe quando uel ut auxilia sanitatis, ac boni habitus adhibebantur, uel ad corporis recreationem peragebantur. postquã enim grauiores exercitationes confecerant, ne statim ad quietẽ tãquam a contrario ad contrarium transitus fieret, ambulationes paucas & remissiores adhibebant, sicut & post medicamenta, ac uomitiones, atque uniuersum hoc exercitationis genus ἀποθεραπευτικὸν appellabant: quamquam etiam gymnastae in medijs laboribus, potissimumq. in ijs, qui graues uocatas exercitationes obijssent, apotherapia interdum utebãtur, quod Galenus summopere laudandum iudicauit. Apud Varronem quoque, ut meminit Nonius, habetur, aliquos ad exercitandam sitim ambulatione usos esse. nam in lege Maenia ita scriptum erat: Exercebam ambulando, ut siti capacior ad cenam ueniret guttur.

3 de usu partium.

In Oecon.

Coeli' Au. li. Chron. 2. cap. 3. lib. de causis procat.

3. de tu. ua. cap. 2.

D E F

An Erectum stare sit exercitatio. Cap. III.



QVI rerum ipsarum naturas leuiter perscrutati sunt, nihil ambulationi ipsi, motuiq. dissimilius esse, quam pedibus erectum stare iudicarunt. At quoniam profundius quaerentes in hanc sententiam eunt, erectos. s. pedibus stantes si non ambulant, saltem aliquo pacto moueri, propterea q. statum huiuscemodi ab exercitationum censu excludi minime debere: ideo etiam de hoc sermonem facere decreui; eo praesertim quod multi falsis rationibus ducti hanc opinionem ita animis imbiberunt, ut pertinaciter credant, stantes pedibus nullo

A modo sese exercere, sententiam suam hunc in modum probantes, uidelicet quod definitum apud omnes auctores reperitur, exercitationem motum exsistere, cui motui statum plane contrariari praeter ceteros Plato ubique praedicat, dum inter prima rerum principia statum & motũ ueluti duo contraria collocat, quos tamen apertissime alucinari facile conuincitur; quandoquidem omnes illi, qui pedibus erecti stant, licet moueri sensibiliter nullo modo uideantur; attamen ratio ipsa, quod aliquo pacto moueantur, certissime persuadet. Nam & multorum ueterum sententia fuit, non quae moueri uideantur, ea moueri sola, sed multa immobilia apparere unum eundem locum obtinentia, quae nihilominus moueri efficacissimis rationibus, ac fere sensu ipso demonstrantur. Aues etenim non tam quando modo sursum, modo deorsum uolitant, In Soph.
B in motu esse censentur, quam dum in aere locum unum fere immobiliter occupant. id quod sic probatur; quia si auis quae stare in aere immobiliter uidebatur, in eo ipso instanti moriatur, protinus in terram decidit (ut de apode illa aue manucondiata, quam nisi mortuam in terris uideri, & uiuam semper in aere manere ferunt) non ob aliam profecto caussam, nisi quoniam corpus illud in sublimi motus alicuius ab anima in corpore facti auxilio consistebat, quo motu postea priuatum corpus, atq. naturae suae dimissum ad centrum declinat, sicuti dum contra naturae suae inclinationem sursum sustinetur, haudquaquam cadit, neque item perfecte quiescit, sed quasi duobus motibus contrarijs agitatur, altero corporis deorsum a natura acti, altero animae sursum contra naturam corpus mouentis. Idem ferme euenit in hominibus erectis stantibus,
C quorum corporibus natura ad terram inclinantibus, & anima contra sursum illa sustinere obnitente motus quidam sensui immanifestus suboritur. cuius indicium illud habetur, quod si anima a corpore erecto stante exeat, illico ipsum in terram delabitur, quia motus ille deficit, cuius beneficio anima corpus naturaliter ad terram inclinatum, sursum eleuatum continebat: ut his rationibus omnino cuiuis persuasum esse debeat, eos, qui pedibus erecti stant, ob cótinuos, & contrarios animae corporisq. obnixus aliquo pacto moueri, atque ipsorum musculos omnes corpus gestantes, & a terra attollentes, erigentesq. uehementer intendi: cuius intensionis atque etiam ipsius occulti motus merito postea efficitur, ut stare maiorem laborem, ac lasitudinem molestiorem pariat, quam ambulare, sicuti praeclarissime a Galeno scriptis mandatum est. Neque lib. de tre. & rig.
Plato ubi inter principia rerum statum perinde ac motui contrarium

rium

rium collocauit, uera prorsus locutus est, cum Aristoteles.5. Physi D
corum libro longa oratione non statum motui, sed motum motui contrariari demonstrauerit; nisi potius aliquis dicat, Platonem aliud genus motus ac status mystice (ut solet) intellexisse, cum ex ipsis naturas quoque diuinas constare asserat. Si igitur tot rationibus satis comprobatur, erectos stantes aliquo pacto moueri, atque interdũ non modice laborare, consentaneum uidetur, ut nõ ob id status ab exercitationũ ordine remouẽdus sit, quod exercitatio definiatur esse motus, & ipse minime motus appellationẽ mereatur, quinimmo sicuti quãplures motus, qui sanitati, & bono habitui cõferre iudicantur, etsi uere ac proprie exercitationes non sint, cõmuniter tamen esse a nobis supra abunde ostensum fuit: similiter & stare erectum communi notione exercitationem esse censemus. Vnde sapientissimus Hippocrates, qui ulcera curanda quiete indigere E
alias praedicauit, stare, & sedere ipsis inimica esse scripsit: quasi innuere uoluerit, dum corpus sursum uel sedendo, uel stando detinetur, musculos magnopere contendi, atque etiam motum quendam inter animam & corporis naturam generari, qui ulcera ipsa in cicatricem coalescere minime permittat. atque hoc esse puto, quod a Coelio in Epilepsiae curatione stans exercitium uocatur. Num uero antiqui gymnastae inter alias corporũ exercitationes huiuscemodi statũ receperint, nil certi affirmare audeo. Athletae enim cum nullum fere usum in stando haberent, nisi quando Milonis imitatores erecti stantes sese ceteris a loco dimouendos ostentandi roboris gratia praebebant, uel statu non per se, sed ob alium utebantur: ideo haudquaquam seipsos in hoc genere exercuisse mihi uerisimile redditur. Quod quaeso certamen in stando solum effe- F
ctum cerni poterat, quod aut spectatoribus delectationem afferret, aut sacrificijs, uel alio modo amphitheatris, aut stadijs inseruiret, ut horum gratia athletas sese exercere, uel certare stantes solitos dicamus? stabant tamen qui athletas certantes spectabant, sed non ob aliud nisi ut amphitheatra illa lignea maiorem hominum multitudinem capere ualerent, quandoquidem antiquitus subsellia quisq. sibi ferebat, quibus ad commode, & citra molestiam spectandum, necnon aliquando pro telis, dum pugnabant de loco, utebantur, isque usus primum M. Messalla & Cassio Cos. creuit, mox P. Scipione Nasica censore S. C. cautum, ne cui in urbe propiusue mille passuum subsellia posuisse, sedentiue ludos spectare licitum esset. Quod porro traditum est antiquis Romanis lege cautum fuisse, ut adorantes starent erecti, stantesq. Ioui sacrificarent, quemadmo

dum

A dum Valerius Martialis de quodam scribit,

Multis dum precibus Iouem salutat,
Stans summos resupinus usque in ungues,
Aethon,

Minime ad athletas in sacris certaminibus, uel in celebrandis sacrificijs ludere solitos pertinuisse arbitror, quin potius altiori & aequiore caussa illud factitatum pro certo teneo, ne scilicet sedentes, siue iacentes in adorando, somno (quod intente speculantibus saepenumero contingere consueuit) caperentur, sed attente simul, ac uigilanter diutius in adorationibus perseuerarent: nisi dicamus, illud pariter ueteres effecisse ad praestandam Dijs ipsis reuerentiam maiorem. Nam multa huiuscemodi pro maioribus reuerentiae signis apud maiores nostros habebantur, quae hodierna die secus re-
B putatur, ueluti cooperto capite sacrificari pro maxima reuerentiae significatione habebatur, ut in Romanis probl. scriptum reliquit Plutarchus, & ut Curculio ille apud Plautũ insinuat dicens. Quis hic est qui operto capite Aesculapiũ salutat? cum detecto capite semper ambularet. Haud secus itaque & erectum adorare pro maxima honoris demõstratione reputabant, sicuti nos genuflexum: quamquam & Pythagoras, uel secundum Plutarchum Numa adorationes fieri sedendo uoluit, quo sic uota rata, firmaq. esse debere significaretur. Vnde quod erecti sacrificarent, nequaquam athletas in sacrificijs statu uti consueuisse, argumentum est. Bellicae similiter disciplinae amatores parum utilitatis in stando consequi potuisse, ut in eo genere exerceri potuerint, mihi ualde rationi consentaneum uidetur: si quidem sola excepta tolerantia militibus profecto
C necessaria, quam alteram militarem uirtutem aut efficere, aut adiuuare queat erecta statio, nusquã uideo, praeterquam quod neque Plato, neque Xenophon, neque Aristoteles, neque Vegetius futuros bellatores stando sese exercere praeceperunt: tametsi Flauium Vespasianum patrem dicere solitum acceperimus imperatorem stantem mori oportere. Verum enim uero medicorum gymnastas tam sanos, quam ualetudinarios aliquos interdum stando exercuisse, numquam negarem; quoniam plurimos usus tam ad conseruandam sanitatem, quam ad praestandum cruribus robur habere conspicio: dum enim musculi omnes contenduntur, & corpori anima obnitens laborat, utrique ualidiores efficiuntur, interim quoque humores, & excrementa promptius ad inferiores ductus feruntur, cibiq. in uentriculi fundo, ubi perfecta concoctio absoluitur, honestius accommodantur. ex quo conijcio, hoc unum exercitationis

tionis genus post sumptos cibos in usu esse potuisse, quando non D minus ad accõmodandum in stomacho nutrimentum, quam ad excitandum natiuum calorem, somnumq. prohibendum ualet, sicuti uulgaris illa, & non penitus absurda opinio, quod a prandio standum a cena ambulandum sit, comprobare uidetur. Illud uero hoc in loco praeterire nolo, differre, quisne erectus sub sole stet, ἡλιθερεῖσθαι uocat Galenus) an in umbra, quod in umbra nullam aliam alterationem patiuntur ea, quam ratione status oriri demonstrauimus; at illi qui sub sole perstant praeter iam dictam alterationem, non parum a calore solis mutantur: nimirum cum Aristoteles scripserit, ipsos etiam uehementius incalescere, quam illi qui mouentur, quod ipsi ea aeris perfrigeratione careant, quam istos opera motus obtinere omnes quotidie experiuntur: ne taceam medicos, a quibus febres ex huiuscemodi sub sole statu generari creditur. ex quo minime satis mirari soleo, quomodo Plinius Caecilius memoriae mandarit, auunculum suum Plinium alioqui in uiuendo solertissimum post cibum saepe, quem interdiu leuem, & facilem ueterum more sumebat, aestate, si quid otij, in sole iacere (quod ego stare interpretor) consueuisse; atque etiam paullo antequam ex Vesuuij concrematione interiret, sole usum frigidam bibisse. Non est praeterea ignorandum, erectum stare, perinde atque ceteras exercitationes, ante cibum quoque prodesse, sententiamq. nostram, qua post cibos ueteres stare consuesse iudicauimus, ita interpretandam esse, ut sola haec exercitatio frequentius post mensas usurpata fuerit, non quod in usu quoque ante cibum non exstiterit, cum quisque apprime cognoscere ualeat, eos, qui ceteris exercitationibus obeundis haudquaquam apti sunt, siue sani, siue ualetudinarij, posse aliorum loco si non aeque bene, saltem paullo minus pro sanitatis conseruatione in stando sese exercere; atque pro ambulatione leui diuturniore statu ante cibos uti, modo reliquae, quas inferius demonstrabimus, condiciones obseruantur.

5. partic. Prob. 34.

Epist. lib. 3. & 6.

E

F

De pugnarum generibus. Cap. IV.



QVAMVIS Pugnae nomen apud Latinos atque Graecos scriptores multa significare comperiatur, ea tamen, de qua nos hic tractare debemus, non aliud fuit, nisi exercitatio quaedam, in qua duo ut plurimum inter se dimicabant, uel ut ad bellicas pugnas ineundas, & fortitudinem & peritiam compararent, uel ut in ludis, amphitheatris, atq. alijs publi-

A cis certaminibus spectaculisq. coronas uictoriae consequerentur,
populumq. oblectarent; uel ut optimum corporis habitum, atque
sanitatem ipsam acquirerent, tuerenturq. Quomodo uero effice-
retur, quoniam satis quisq. ex se conijcere ualet, in hoc explicando
haudquaquam immorabor: illud solum praetermittere nolo, apud
Oribasium duplicem pugnam in medicinae gymnastica exstitisse:
alteram cum telis semper, alteram plerumque sine telis, quam
σκιαμαχίαν Graeci, umbratilem pugnam uocarunt nostri. telorū
pugna efficiebatur, quando singuli inter se armis rudibus, uel in-
cindentibus, & pungentibus certabant, unde μονομαχίας nomen
antiquitus utraq. sortita fuit, & a Coelio Aureliano hoplomachia 5. chro. pa.
hoc est armorum ficta confrixio uocata, nec non ad diminuendam cap. ulti.
πολυσαρκίαν laudata fuit. At sciamachiam fuisse, quando homo ad sciamachian
B uersus umbram & brachijs & cruribus pugnabat, praeter Platonē,
qui & in Apologia, & alibi σκιαμαχεῖν de pugnantibus sine aduer
sario dixit, auctor est Oribasius, qui ex Antylli sententia tradit, ita
certantes consuesse non solum cum umbra manibus, atque cruri-
bus pugnare, uerum etiam aduersus columnam, & aduersus pa-
lum, de quo fecit mentionem Iuuenalis, aut murum, nec non ali- Sat. 6.
quando summis pedibus pugiles imitari, & interdum tamquam sa-
lientes, interdum tamquam pedibus cedentes, id quod tunc potis-
simum ueteres facere consueuisse opinor, quando antimachus siue
aduersarius deerat, siue quando ita exercendus adeo delicatus erat,
ut non posset minimum quid damni pati, quod accidere solet il-
lis, qui armis quibusuis aduersum alterum contendere solent. Pri-
mum enim illud innuisse uidetur Plato, ubi dixit: καὶ ἔτι πάντων, 7. de leg.
C τῶν τε ἐμψύχων, καὶ τῶν ἀψύχων ἀπορήσαντές ποτε, ἐρημίᾳ συγγυ- ››
μναστῶν, ἆρά γε οὐκ ἐτολμήσαμεν αὐτοὶ πρὸς ἡμᾶς αὐτοὺς ὄντως σκια ››
μαχεῖν: hoc est, Si omnibus animatis & inanimis careamus, nūquid
nos ob eorum, qui nobiscum exerceantur, inopiam, aduersus nos-
metipsos uere umbratili pugna certare audebimus. & post ipsum Prob. 10.
Plutarchus in. 7. Prob. conuiuialium: ἀλλ᾽ ὁρῶ, εἶπεν, ὑμᾶς οἵους τε
ὄντας ἤδη σκιαμαχεῖν πρὸς τὰ εἴδωλα: idest, Sed uideo, ait, uos iam
umbratili pugna aduersus idola certare paratos. Neque uero admi-
rari quis debet, quod antiquos cum umbris pugnasse (quasi id ridi-
culum sit) affirmarim; quoniam etiam hisce temporibus non pau-
ci reperiuntur, qui ex seipsis, ut exerceantur, aduersus aerem pu-
gnis, brachijs, armisq. certant, uel quando aduersarius abest, uel
quando a nemine uideri amant. De hac Paullus Apostolus loquēs
dixit: οὕτω πυκτεύω, ὡς οὐκ ἀέρα δέρων, idest, Ita pugnis certo, quasi
aerem

aerem non caedens. Iam uero non minus telis, quam pugnis, & bra D
chijs nudis huiuscemodi exercitationem usurpatam esse rationi est consentaneum. Hae itaque fuerunt duae pugnae species, quas maiores nostri exercitationum loco in usu habuisse reperitur: ita ut nulla gymnastica exstaret, quae inter alias exercitationes hanc non receperit. quod enim athletica uetustissimis usque temporibus pugnandi armis incidentibus exercitatione uteretur, locupletissimũ testem Plutarchum habemus, qui in 5. Sympos. scriptum reliquit, antiquitus monomachiam scilicet, aut singulare certamen in Pisa Ciuitate, & in Elide Peloponnesi regione iuxta Alphaeum fluuiũ, circa quam quincto quolibet anno, hoc est, ut Pindari interpres testatur, alternis olympiadibus, siue mensibus quadraginta octo, aut quinquaginta certamina olympica Ioui sacra celebrabantur, usq. ad mortem deuictorum cadentiumq. iugulationem procedere consueuisse. Praeterea narrat Galenus, sacerdotes in Pergamo E priscum morẽ retinuisse, ut aestatis tempore monomachias uocatas exercerent. quas ne quis credat soli Graecorũ nationi proprias exstitisse, adeundus est Athenaeus, qui in quarto dipnosophiston auctoritate Nicolai Damasceni Philosophi peripatetici refert, Romanos monomachorum spectacula non modo in festis, atque amphitheatris, uerum etiam in conuiuijs a Tyrrhenis consuetudinem mutuatos adhibuisse; quamuis Romani non monomachos, sed gladiatores hos omnes nuncupare maluerint, quos Iulij Caesaris aetate in foro nouissime pugnasse, quosq. pugnantes Smaragdo Neronem spectasse scribit Plinius. Hi quoniam artem plurimis absurdis plenam exercebant, ut a ceteris pugnantium exercitationibus integre dignosci possint, nonnulla de ipsis breuiter exponã. Nam illud primum detestandum plane habebant, quod certantes quam F grauius poterant, sese ferire studebant, & non solum (quod scripsit Scribonius Largus, qui Tiberij Caesaris & Messallinae aetate medicinam Romae exercuit) contusiones in luctationibus patiebantur, sed etiam non raro usq. ad alterius, uel etiam amborum pugnantium interitum certamen protendebatur: quemadmodum, praeter Athenaeum, atq. Plutarchum, Galenus quoque testatur, qui se gladiatores grauiter uulneratos curasse, & ob id a suae ciuitatis pontifice in eorum medicum cooptatum fuisse scribit. Quin auctor est Gellius, gladiatori composito ad pugnandum pugnae hãc propositam sortem fuisse, aut occidere si occupauisset, aut occumbere, si cessasset. ut id uerum putare debeamus, quod M. Tullius. 2. Tusculanarum quaestionum memoriae mandauit, athletas etiã uulne-

Marginalia: Athletica (manuscript). 2. Prob. — lib. 15. ca. 18. & li. 37 cap. 5. — 3 de comp. me. p gen. — lib. 7. c. 3.

A uulneribus confectos ad dominos mittere solitos, qui quaererent, quid uellent, si satisfactum ijs esset, se uelle decumbere. nam usque adeo mortem, ac uulnera intrepide obibant, ut nec ingemiscerent, nec uultum mutarent. Secunda turpitudinis species, qua monomachiae huius professio notabatur, fuit ciborum genus: siquidem Plinius memoriae prodidit gladiatores hordearios uocatos, quia antiquitus hordeo uictitabant, sicut post Plinium Galenus eosdem & faba, & ptisana uesci solitos scriptum prodidit. Tertium gladiatorum abominandum institutum erat, in ipso certamine sanguine ex uulnere aduersarij bibere, tamquam ijs ad confirmandum animum & uires efficaciter conferret, nec non post pugnam cinerem pro medela potare, quod retulit Plinius. Itaque de his, praeclare admodum sic a Cypriano declamatum est. Paratur gladiatorius ludus, ut libidinem crudelium luminum sanguis oblectet. Impletur in succum cibis fortioribus corpus, & a ruinae toris membrorum moles robusta pinguescit, ut saginatus in poenam carius pereat. Homo occiditur in hominis uoluptatem; & ut quis possit occidere peritia est, usus est, ars est, scelus non tantum geritur, sed docetur: quid potest inhumanius, quid acerbius dici? disciplina est, ut perimere quis possit, & gloria est, quod peremit. Quid illud, oro te, quale est, ubi se feris objciunt, quos nemo damnauit; aetate integra, honesta satis forma, ueste pretiosa uiuentes in ultroneum funus ornantur, malis suis miseri gloriantur, pugnant ad bestias non crimine, sed furore: spectant filios suos patres. Frater in cauea, & soror praesto est, & spectaculi licet pretium largior muneris apparatus amplificet, ut maeroribus suis mater intersit: hoc, C proh dolor, mater & redimit, & in tam impijs spectaculis, tamq. diris esse se non putant oculis parricidas. Hactenus uir ille Christianus, cuius orationem hic exscribere placuit, quod ad gladiatoriae exercitationis prauitatem ostendendam, nil luculentius haberi possit. Qua tamen prauitate illud mihi ualde turpius existimare in mentem uenit, quod & Reipub. libertatis, & Imperatorum temporibus rari fuerint siue nobiles, siue ignobiles, siue consulares, siue imperatores, qui spectacula adeo inhumana, ac omni flagitio, & saeuitia plena libenter, atque maxima cum uoluptate non intuerentur. Numquid autem cuiusuis generis homines, an ignobilissimi dumtaxat gladiatoriam exercerent, anceps ualde sum. quod enim Lentulus Capuae, ut ferunt, gladiatores aleret, quod C. Terentius Lucanus, auctore Plinio, gladiatorum quadraginta paria in foro per triduum auo suo, a quo adoptatus fuerat, dederit, quod

uenales

lib. 17. c. 7.

Primo de alim. fac.

lib. 28. c. 1. & li. 36. c. ulti.

li. 2. epist.

lib. 35. c. 7.

uenales essent, & tria illa nefanda a nobis praedicta profiteren- D
tur, mihi certe persuadent ex omnium hominum ignobilissimo
simul ac impurissimo genere ueluti seruis exstitisse. Ex altera parte
3. de frac. cum Galenus referat, sacerdotes monomachiam exercere solitos,
lib. hist. 1. cum Athenaeus scribat illustres uiros, atq. Duces monomachiam
exercuisse, cum Herodianus, atque Iulius Capitolinus Commo-
dum Imperatorem gladiatorem eximium fuisse, & in publicis thea
tris, spreta Imperatoria dignitate, gladiatoris partes adimplesse scri-
bant. cum tradant alij Imperatores ad bellum profecturos mu-
nus gladiatorium, ac uenationes edere consueuisse, ut ciuium san
Spartian⁹ guine sic effuso pugnae quadam imagine Nemesis se, idest Fortu-
I Pupieno, nae uis quaedam expleret, uel ut insuescerent milites uulnera, at-
& Albino. que caedes inspectare. qua item ratione Solon apud Lucianum nar
rat legem Atheniensibus fuisse, ut iuuenes cothurnicibus siue qua E
In Anach. leis, ac gallis pugnantibus spectandis studium impenderent, quo
illi uolucres usque ad extremam uirium defectionem rostris certan
tes, intuentes, ad fortiter subeunda pericula, & contemnenda
uulnera, ne auibus ingenerosiores apparerent, inflammarentur,
cuius studij mentionem quoque fecit Æschines contra Timar-
chum, & Columella libri octaui cap. 2. Cum inquam haec omnia
mente contemplor, quasi credere cogor, tum nobiles aliquando,
tum ignobiles ut plurimum athleticam hanc atque gladiatoriam
pugnandi speciem exercuisse: quando etiam apud Athenaeum re-
perio, nonnullos testamento cauisse, uti pulcherrimae etiam puel
lae monomachorum instar decertarent, aut qui in delicijs fuis-
sent impuberes. Atque ex his clare patet, armorum acutorum pu-
gnam inter athletarum exercitationes adnumerandam esse. quos F
sciamachiam quoque interdum, siue umbratilem pugnam exer-
5. Eliacor. cuisse, inde satis conijcere possemus, quod Glaucus Carystius athle
ta strenuus non minus ob pugilatoriam, quam in umbra pugnan-
di excellentiam celebratus sit, eique statua habitu, formaque in
umbra pugnantis erecta, ut Pausanias narrat, tradatur: nisi cer-
tius comprobarent illud haec Dionysij in libro de diuinis nomi-
cap. nibus uerba: ὅπερ ὁ σοφὸς οὐκ ἐννοήσας μιμεῖται τοὺς τῶν ἀθλητῶν ἀπει
περὶ δυ- ρονίκας, οἳ πολλάκις ἀσθενεῖς δ᾽ εἶναι τοὺς ἀνταγωνιστὰς ὑποθέμενοι,
νάμεως. κατὰ τὸ δοκοῦν ἑαυτοῖς καὶ πρὸς ἀπόντας, αὐτοὺς ἀνδρείως σκιαμαχοῦν-
» τες, οἴονται τῶν ἀντιπάλων αὐτῶν κεκρατηκέναι: idest, Quod sa-
piens minime intelligens inexpertos uincendi athletas imitatur,
qui saepe antagonistas imbecillos esse supponentes, prout ipsis
uidetur, necnon aduersus eos absentes fortiter umbratili pugna

A certantes, aduersarios ipsos uicisse putant. Habuit & Athletarum gymnastica pugnae aduersus palum exercitationem: cum Vegetius scribat, palorum usum non tantum militibus, sed etiam gladiatoribus plurimum profuisse, nec umquam aut arenam, aut campum uictores ullos declarasse, nisi qui diligenter ad palum fuissent exercitati. Ad haec bellicam gymnasticam, pugnarum armatarum utrarumque exercitationibus minime caruisse, abunde demonstratum est & a Platone, & ab Aristotele, qui in libris Politicorum semina quaedam huiusce exercitationis monstrauit, ac fortasse in illis perfecit, quos ab eo scriptos a nobis desiderari omnes docti sciunt. quamuis credibile est, dum ad perdiscendum exercerentur, rudia tela plerumque in usum uenisse. quod enim huiuscemodi concertationes maximam ad belli peri-
B tiam utilitem praestarent, nemo qui hisce temporibus eorum professores spectauerit, negaret, quando similiter Plato tanti eas facit, ut ceteris exercitationum generibus pro offensione simul & defensione praeposuerit, in ipsisque mulieres & uiros elaborare uoluerit. Hanc rudibus armis factam militarem monomachiam illam fuisse, quam Hermippus Mantinaeos inuenisse, & Cyreneos aemulatos esse scribit, ego ferme credo: sicuti similiter existimo, quam scrimiam uulgus dicit, eam ipsam, & non umbratilem pugnam ut Budaeus in Com. ad Pandectas, Gulielmus Choulus, & alij nonnulli falso autumarunt, esse, de qua locutus Plato mea sententia uidetur, quando in Lachete scripsit, iuuenibus cōducere, ut armis pugnare discant, quoniam sic habitus corporis robustus acquiritur, nec ulla exercitatione inferior haec est, aut minus
C laboriosa. In hac haudquaquam certatores, quemadmodum gladiatores se usque ad necem feriebant, sed rudibus telis quasi sese petere inuicem simulantes, quandoque etiam re uera ferientes, & plagarum inflictiones, & auersiones ediscebant. Aliquando tamen cum umbra armis etiam pugnabant: quod Celtas post cenam factitasse, Posidonius auctor est. Iam uero omnium frequentissime pugnam aduersus palum exercebant, qui militarem disciplinam comparare optabant. quam exercitationem ita factitatam scribit Vegetius, quod a singulis tyronibus singuli pali defigebantur in terram, ita ut micare non possent, & sex pedibus eminerent: contra illum palum ueluti contra aduersarium scuto, & claua tamquam gladio se quisque exercebat, nunc quasi caput aut faciem peteret, nunc a lateribus minaretur, interdum contenderet poplites & crura ferire, recederet, insultaret, insili-

lib. 1. de re milit.

7. de legib.

Athenæus lib. 4.

lib. 1. de re mili. c. 11.

ret, & quasi praesentem aduersarium, sic palum omni impetu, D
omni bellandi arte tentaret. Quomodo autem medicinae gymnastica hoc exercitationis genus receperit, facile cognoscet ille,
6.collect. qui Antylli orationem apud Oribasium pensitauerit. Is quidem ueteres Graecos haud quaquam armorum pugnam pro ualetudinarijs in usu habuisse, sed dumtaxat ad efficiendos in bellum paratiores milites, scribit, additque Romanos primos eam, quae pro sanitate exerceretur, inuenisse, quos idoneis quibusuis locis, rudibusq. telis primo eam exercuisse, & deinde in gymnasia inuexisse uerisimile fit, cum Galenus inter alia gymnastae munera etiam armorum exercitationem tamquam bono corporis habitui conducentem recenseat. Nam gymnasticos tam armorum,
2.de tu.ua. c. 11. & 12. quam umbrae pugnam proposita sanitate usurpasse, satis clare monstrauit Galenus, ubi ad exercenda brachia, atque crura sciomachiam commendauit, hoplomachiam uero a Damea inuentam multorum membrorum optimo statui conferre tradidit. quam enim armis peragebant exercitationem, hoplomachiam uocatam fuisse, praeter nominis ipsius rationem, non modo Galenus testatum reliquit, uerum etiam Coelius Aurelianus, ut paullo ante demonstrauimus, nec non Martialis, qui medicum quendam ho-
Lib.8. plomachiam praue exercentem, siue potius aduersarium grauiter & praesertim in oculis ferientem, hisce uersibus carpit.

Hoplomachus nunc es, fueras ophtalmicus ante
Fecisti medicus, quod facis hoplomachus.

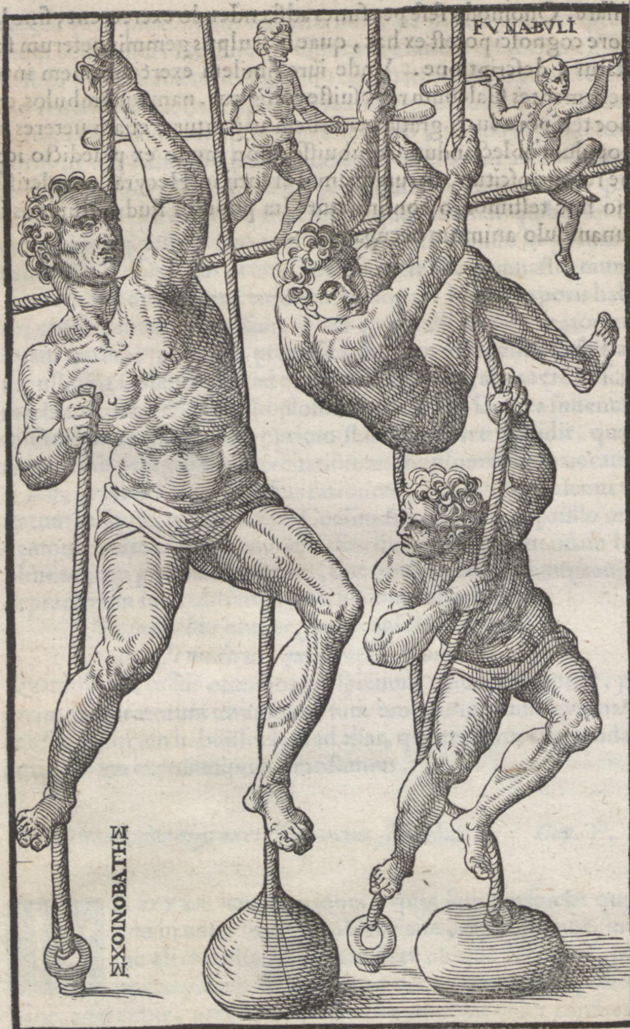
Quamobrem ex his omnibus perspicuum cuiuis esse potest, pugnam tum armorum utramque, tum umbrae in omni gymnasticae specie locum habuisse. Iam ad alias, quae restant, enarrandae, F
antiquorum exercitationes, transeamus.

De nonnullis alijs exercitationum speciebus. Cap. V.



PRAETER exercitationes, quas iam perspicue quantum in tanta licuit rei obscuritate, explicauimus, multae aliae exstitere, quae licet ubique locorum, prout temporum & hominum uariae occasiones postulabant, agerentur, praecipue tamen in gymnasijs effici consueuisse, Galenus sentire uidetur. Eae uero sunt τὸ διὰ χοινίυ ἀναῤῥιχᾶσθαι τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ πυτιλίζειν idest, per funem adscendere, manibus colluctari, ac plethrissare, & pytilissare.

A liſſare. Quomodo ſeſe per funes adſcendendo exercerent, ſine labore cognoſci poteſt ex hac, quae in ſculptis gemmis ueterum ſpectatur, deſcriptione. Vnde iure ſimilem exercitationem inter uehementes Galenum repoſuiſſe colligitur. nam funambulos, qui hoc tempore lucri gratia per orbem uagantur, etiam ueteres ad populum oblectandum adhibuiſſe, non modo ex praedicto icone recognoſcitur, uerumetiam Terentij in Hecyra locupletiſſimo hoc teſtimonio confirmatur: Ita populus ſtudio ſtupidus in funambulo animum occuparat.


FVNABVLI
ΣΧΟΙΝΟΒΑΤΗΣ

A ἀκροχειρίζεσθαι non desuerunt, qui luctae partem quandam fuisse putarint, quando scilicet luctatores primoribus tantum digitis insertis periculum roboris faciebant. Sed hos male sentire, unus Galenus fidem facit, qui in 2. de tu. ualet. cap. 8. statim luctam ab acrochirismo disiungit. Erat igitur acrochirismus colluctatio quaedam summis tantum manibus facta, in qua nulla reliqui corporis pars ab ipsis digitis tangebatur, donec aduersarius deficeret, perdurans. Hac athletae perraro in publicis spectaculis contendebant, aliquando tamen eam ad usum reuocabant, si quidem apud Pausaniam legimus, Sostratum cognomine Pancratiastem in huiuscemodi certamine maximam laudem consecutum, & ob id ἀκροχειριστὴν quasi per excellentiam nominatum, cum aduersariorum summas manus tam fortiter apprehenderet, ut non prius eos dimitteret, quam elisis digitis dolore confectos intelligeret. Quicumque pariter militari gloriae inuigilabant, interdum ἀκροχειρίζεσθαι solebant, nimirum qui & brachia fortiora, & agiliora simili ratione effici sibi ipsis persuaderent. De Celtis refert Posidonius, quod in armis excitati inter se acrochirismo certabant. Porro ualetudinis studiosos huic exercitationi operam nauasse, & Galenus, & Paullus Ægineta concorditer asserunt Hippocratem, siue Polybum secuti, qui in libris de diaeta acrochirismum uarijs corporis affectionibus commendauit. Quid autem fuerit τὸ ἐκπλεθρίζειν, tam Galenus, quam Auicenna Arabum omnium doctissimus explanauit, dum uterque uerbis plane ijsdem scripsit, ecplethrissare, fuisse, cum in plectro, idest in sexta parte stadij, quis prorsum, retrorsumque uicissim, idque saepe in utramque partem sine flexu cursitans uno quoque cursu breue quiddam de spatio demebat, quoad denique in unico gressu constitisset, uel, ut dixit clarius Auicenna, donec in fine illius in medio stetisset. Ceterum πιτυλίζειν idem fuisse quod gesticulari, & crebro motu manus ciere, opinatus fuit Politianus, quem, alioquin eruditissimum toto caelo aberrasse, facillime ex Galeni, ac Auicennae oratione conuincitur, a quibus pytilissare definitur fuisse, si quando summis pedibus quis ingrediens, uel stans, ut sentit Auicenna, tensas in sublime manus hanc antrorsum, illam retrorsum celerrime mouisset. qua exercitatione maxime ante parietem stantes uti solebant, quo si interdum aberrassent facile pariete apprehenso erigerentur. De hoc sermonem habuisse potest Plutarchus, cum dixit, Lycurgum olim proposito decreto illas exercitationes, quae manibus in altum sublatis efficiebantur, uetuisse, ne quis laborando consuesceret de-

[Margin notes: 6. Eliae. (beside "Pausaniam"); B (beside "ret, quam elisis"); 2. de tu. ua. cap. .. lib. 2. lib 1. fen. 3. doc. 2. c. 2. (beside "Hippocratem … Auicenna"); C (beside "tans uno quoque"); In Misc. (beside "Politianus"); In uita Lycurgi. (beside "Plutarchus")]

fatigari. de hoc item locutum esse Iuuenalem arbitratus Scali- D
ger legebat.

Sat II. *Qui Lacedaemonium pitylismate lubricat orbem.*

Sed nos aliter superius legendum demonstrauimus. Praeter haec enumerantur aliae exercitationes a Galeno, ueluti si cuipiam alter

2. d tu. ua. iussisset, ut se uiolenter detraheret, inflecteretque, dum ipse non manibus modo, uerumetiam cruribus, spinaque constans, & non flexus resistebat: quo genere Milonem ipsum exercuisse se ferunt, dum alias conuellere se, mouereq. e disco inuncto, super quem erectus manebat, ut ex praesente pictura apparet.



uolenti permitteret, alias utique si manus exercitandas curabat, pugnum aperire iuberet, qui similiter malum punicum aut tale quippiam manibus complexus auferendum cuiuis praebebat. quamuis enim haec potius ad roboris ostensionem efficerentur, nihilominus ad bonum corporis habitum firmandum conferre credebatur, quemadmodum item cum alterum quis medium complexus, aut etiam ipse medio comprehensus manibus digitisq. pectinatim iunctis, aut quem complectebatur absoluere sese iubebat, aut ipse se a complectente soluebat. Ita quoque si quis alterum, qui ipsum uersus se inclinabat, a latere aggressus ilia manibus complexus, seu onus aliquod sublatum inuicem protendebat, reducebatque, ac magis si dum gestabat ipse, nutu renutuq. corporis usus esset, exercitationem agere dicebatur, perinde ac illi, qui a ceruicibus pendentes deorsum trahebant, ac alij multi ab Auicenna relati, quos enarrare nolo; quoniam omnes similes motus potius luctatorum uariae roboris iactationes, quam exercitationes per se separatae erãt. Quales item erant illae quae a Socrate in Platonis Theaeteto significantur sub his uerbis: κατὰ σμικρὸν γὰρ προϊόντες λελήθαμεν ἀμφοτέρων εἰς τὸ μέσον πεπτωκότες, καὶ ἂν μή πῃ ἀμυνόμενοι διαφύγωμεν, δίκην δώσομεν ὥσπερ οἱ ἐν ταῖς παλαίστραις διὰ γραμμῆς παίζοντες, ὅταν ἐπ' ἀμφοτέρων ληφθέντες ἕλκωνται εἰς τὰ ἐναντία. idest, Paullatim enim procedentes in medium amborum ignoranter cecidimus, & nisi aliquo modo nosmet ipsos defendentes euadamus, poenas luemus, perinde atque illi, qui in palaestris in linea ludunt, quando ab utrisq. capti, in contraria distrahuntur. De his enim loquitur Iulius Pollux, quando describens ludum distractorum haec uerba habet: ἡ δὲ διελκυστίνδα παίζεται μὲν ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ ἐν ταῖς παλαίστραις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ ἀλλαχόθι. δύο δὲ μοῖραι παίδων εἰσὶν ἕλκουσαι τοὺς ἑτέρους οἱ ἕτεροι, ἕως τ' ἂν καθ' ἕνα μεταστήσονται, παρ' αὐτοῖς οἱ κρατοῦντες. hoc est. Dielcystinda autem, plerumq. in palaestris luditur, uerumtamen etiam alibi. Duae autem sunt puerorum partes, alij trahentes alio, siq. ad illam partem transmigrauerint, penes illam uictoria est.

De Spiritus cohibitione. *Cap. VI.*



PIRITVS etiam cohibitionem inter exercitationes, & praesertim apotherapeuticas ab optimis gymnasticis repositas fuisse, memoriae tradidit Galenus 3. de tu. uale. lib. & ante ipsum Coelius Aurelianus inter medicos non infi-

A infimus. Hanc uero tunc effici omnes docti sciunt, quando cuncti thoracis musculi, qui circa costas habentur, usque adeo intenduntur, coguntur que, ut exspiratio uocata perfici nequeat: nam duae sunt, quae uniuersam spirationem complent, inspiratio scilicet, & exspiratio. Inspiratio ea est, quando aer ad temperandum cordis feruorem, spiritusq. generandos in pectoris spatia trahitur. At exspiratio tunc agitur, cum fuligines in corde genitae per caua ipsius pectoris extra educuntur. unde cum per musculos thorax, ceteraq. spirationi deseruientia instrumenta coarctantur, ita ut nec aer intus ingredi, nec fuliginosa recrementa exire queant, respirationem intercipi siue cohiberi dicimus. qua cohibitione tum gymnastae medicorum in primis, tum athletae exercitationis, & auxilij loco non raro utebantur. Medici quidem uel medicorum gymnastae dupli-
B cem spirationis cohibitionem in usu habebant, alteram, in qua uniuersi thoracis musculi tendebantur, remissis, qui sunt in septo transuerso atque abdomine, ut facilius excrementa deorsum truderentur; alteram, in qua abdominis quoq. musculi tenduntur, quo uidelicet ea, quae sub septo sunt, uiscera, exercitationis fructum sentirent. in ambabus uero fascias quasdam adhibebant, quibus thoracem, atque costas nec non uentrem cingentes felicius propositum assequebantur. Propositum autem habebant huiuscemodi exercitatione, modo calorem in exercitationibus acquisitum, siue ipsum natiuum auctum confirmare, modo spiritualia membra iuuare, modo excrementa pectoris expurgare; si quidem spiritus in tali inhibitione undiq. compulsus, dum in angustos se meatus recipere cogitur, eosque, si amplius trusus propulsusq. fuerit, etiã penitus
C pertransire, extenuati iam excremẽti secum nonnihil arripit; quin immo, quanto is ulterius per uim coactus impellitur, tanto magis ab ipso quaedam impelluntur, quaedam trahuntur. impelluntur quidem, quae ante occurrunt: attrahuntur, quae ad latus sunt posita, impetu ipso motu utraque coacta. ut nemo his rationibus perspectis mirari debeat, quod Erysimachus medicus in conuiuio Platonis ad curandum Aristophanis singultum spiritus cohibitionem in primis commendarit. quam postea Aristoteles non solum ob antedictas causas singultum exstinguere, uerumetiam partes corporis interiores calefacere, pluribus uerbis probauit. quod idem Galenus & asseuerauit, & clarissima oratione confirmauit. In hunc igitur modum, atque his de caussis a gymnasticis institutam spiritus cohibitionẽ, legitur, quos, ut melius res ipsis succederet, etiam hanc regulam obseruasse arbitror, nempe ut primo leuiter, ac breuiter,

Prob. sect. 33.
3 de Symp. cau.

dein-

deinceps uehementius & diutius ſpirationem inflatis buccis conti- D
neri, imperarent, demum relaxari iuberent, ita namq. ſecundum praeceptum illud Hippocraticum omnia ἐκ προσαγωγῆς agenda, antiquos medicos uoluiſſe reperio. Athletae autem quamuis hoc exercitationis genere forſan non uterentur, nimirum quod nullibi ad gloriam, ſiue ſpectatorum oblectationem aſſequendam ipſis deſeruiret, nihilominus eos inter ceteras obeundas exercitationes ſpiritus quoq. retentione duabus de cauſſis uſos credo, tum ut a laſſitudine recrearentur, perſpirabilemq. ſimul & purum ad ſubſequentes labores corpus redderetur, quemadmodum Galenus ſignificaſſe uidetur; tum (quod rationi magis conſentit) ut maius robur in impulſionibus, compreſſionibus, ſaltibus, atq. ſimilibus ex ſpiritu retento compararent. in his enim omnibus agendis maiores quodã modo uires effici, ſi ſpiritus detineatur, quotidie declarant onera geſtantes, nec non ceteri omnes grauiores operarij, quos, ut maximos labores facilius ſuſtinere queant, ſpirationem cohibere cernimus, quaſi ex tali retentione ſpiritus intus aucti, & robur creſcere faciant, & impetus efficaciores reddant. Accedit his, quod, ſicuti dicebat Ariſtoteles, retentus ſpiritus uenas implet, itaque humores exire, diſſlariue non patitur: unde poſtea retentis illis neque laborãtes ſudoribus diffluunt, delaſſanturue, neque uis, quam in humoribus, ſpiritibus, & membris ſolidis conſiſtere medici omnes fatentur, ulla ex parte flaceſſere, aut diminui ſolet. Scribit Plutarchus in libro de praeceptis ſanitatis, conſueuiſſe aliptas, dum athletas fricabant, ipſis iubere, ut ſpiritum interciperent, ſicq. fricationibus contra niterentur, quaſi ita partes corporis inunctas, & contrectatas diſtenderent. quo in loco apud graecos cum legatur τηροῦντας, τείνοντας legendum eſſe, omnis ratio perſuadet: etſi bonus Eraſmus diligens nimis interpres hoc non uiderit. Ex quibus omnibus clarũ efficitur, athleticam gymnaſticam non parum ex ſpiritus retentione adiumenti capere conſueuiſſe, quemadmodũ medicinae gymnaſticos eandẽ quamplurimum aeſtimaſſe (ni fallor) abunde probatum eſt. Immo uero etiam athletas oſtẽtationis, & ſpectatorum uoluptatis gratia in ſpiritus retentione ſe quandoque exercuiſſe, inde conijcere licet, quod Milonem illum capite, & praeſertim fronte ac etiã coſtis & pectore robuſtis uittis ligato tamdiu ſpiritum retinuiſſe legimus, quouſq. prae impetu intumeſcentes uenae ligamina illa diſcinderent. id quod ſatis confirmare poſſunt imagines, quas Ligorius inter aenea Illuſtriſsimi Ferrariae Principis ſummi bonorum patroni ſigna ſe inueniſſe, atq. ab eis haſce

3. de tu. ua. cap. 2.

2. partic. prob. 1.

E

F



propria manu expressisse nobis significauit. In ipsis namq. uidere D licet fascias pectori, & costis ut meminit Galenus circumuolutas, tum uentres atque scrotam (sicut fit in ualidis spiritus retentionibus) magnopere inflata: cur uero sint raso capite, solis quibusdam in summo uertice capillis apparentibus, simulque halterem e brachio sinistro pendentem gerant, puto quod & serui essent, & halteribus quoq. ualerent, qui ueluti in spiritu retinendo celebres ab artifice repraesentati fuerunt. etenim seruos apud multas nationes caput rasisse legimus, quemadmodum & Dacas seruitijs nobiles toto capite raso, atq. cirro tantum in summo uertice relicto incedere consueuisse, memoriae proditum est.

De Vociferatione, & risu. *Cap. VII.* E



INTER ceteros, quos plurimos, atque necessarios in humana uita usus habet spiratio, non infimum locum obtinuit uociferatio. quae cum nil aliud sit, quam aeris uehemens percussio, tam materiam, quam effectorem, & formam, uel a respiratione sola, uel saltem non absque ipsa suppeditari, Aristoteles, & Galenus praeclarisimis in id editis commentarijs probarunt. & iccirco non ab re futurum esse duxi, si, postquã de spiritus retentione uerba feci, statim uociferationis tractationem subiungerem. Neque enim ab hac me remouere debuit, quod Galenus medicorum princeps aut nulla, aut quam paucissima de uociferatione scriptis tradiderit, quasique eam inter exercitationes numerari debere non censuerit: quandoquidem Antyllus apud Oribasium medicus celebratissimus non modo eam exercitationem esse uoluit, uerumetiam cum ad morborum diuersorum curationem, tum ad uocis ipsius cultum ualde aestimatam fuisse scripsit. quemadmodum item Aetius Amidenus, & Auicenna Arabs uno ore posterioribus saeculis comprobarunt. Numquid uero athleticae professores, aut militaris disciplinae studiosi hoc exercitationis genus in usu haberent, & si apud nullum auctorem notatum aduerterim: persuasum tamen mihi est, neutros horum uociferationem tamquam propriae ipsorum professioni aut conuenientem aut saltem necessariam exercuisse. Quod si dicat quis, & athletas in certaminibus, & milites in pugnis conferendis clamoribus non sine utilitate usos, quando Caesar haud frustra antiquitus institutum fuisse scribit, ut in bello committendo signa undique concinerent, clamoremque uniuersi tollerent, quibus rebus F

lib. 1. ser. 3 cap. 5.
lib. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2.
3. de bello ciuili

bus

A bus & hostes terreri, & suos incitari existimauerunt: propter hoc minime sequitur, uociferationis exercitationem, de qua nos agimus, militari disciplinae addiscendae conferre. Duo solum hominum genera uocis exercitationi sedulo operam dedisse reperio, histrionicae uidelicet professores, & medicorum gymnasticos. Histrionicam enim profitentes, sub quibus praecones, choristas, tragoediarum, & aliarum fabularum similiũ recitatores, nec non uocibus certantes colloco, uociferationibus exerceri solitos, locupletissimus testis est Plato in Ione, & Aristoteles in problematum libris, in quibus legitur, Phrynici, nec non etiam antiquioribus temporibus tragoedias, comoedias, dithyrambos, atque leges ipsas cantu recitari consueuisse. ob quod uocis exercitatio tantae existimationis fuit, ut, sicuti de athletica monstrauimus, publicae uocifera- 11. & 19. partic.

B tionis certamina a Coelio Aureliano sub modulationis agonisticae nomine intellecta propositis uictori praemijs instituerentur. quem morem usque ad Galeni tempora perdurasse, ex eo conijcere possumus, quod 7. de medicamentorum composi. secundum locos lib. multa medicamenta recenset, quibus antiqui medici in ijs, qui uoce contendere debebant, tum ante, tum post certamen utebantur. ubi similiter narrat, tempore suo phonascos omnes, citharaedos scilicet, praecones, nec non tragoediam, ac comoediam personatos repraesentãtes, qui magno uocis exercitio utebantur, si quando uocem contendendo oblaesissent, balneis multis, & cibis leuibus, atque laxantibus uti solitos. Ex quibus uerbis cuiuis intelligere licet, non modo histrionicae professores uoce & cantu (quod dixit Plato) simpliciter in recitandis drãmatibus, rhapsodijs, alijsue lib. 5 chro. cap. ult. In Ione

C imitationibus suis, uerum etiam alta uoce usos, atque ijs interdum uniformibus, interdum uarijs, & mutatis, ueluti in tragoedia ad maeroris calamitatisq. magnitudinem augendam factum olim, scribit Aristoteles. Quare mirari debet nemo, quod Cornelius Celsus memoriae prodiderit, apud nonnullos morem fuisse, uocis gratia adolescentulos infibulare; quandoquidem illi, qui histrionicae operam nauare sibi proposuerant, cum opus magna uoce haberent, ad euitandam uenerem, a qua summopere illa labefactatur, infibulatione non parum iuuabantur, & ideo ipsa in tam frequenti usu recepta erat, ut omnes fere comoedi, alijue histriones infibularentur. quemadmodum Martialis attestari uidetur his uersibus, in quibus de duobus histrionibus uerba facit. 19. partic. prob lib. 7. c. 25.

Menophili penem tam grandis fibula uestit, Lib. 7.
Vt sit Comoedijs omnibus una satis. & alibi:

Dum

Dum ludit media populo spectante palaestra,
Heu cecidit misero fibula, uerpus erat.

& quemadmodum Iuuenalis insinuat ubi scribit.

Sat.6 *Soluitur his magno Comoedi fibula.*

&

Si gaudet cantu nullius fibula durat
Vocem uendentis praetoribus

Satis itaque constat, uociferationis exercitium maiorum nostrorum temporibus in usu exstitisse histrionibus, magistrosq. phonascos, sicuti artem phonasciam a Theophrasto fuisse appellatam. Sed ubi nam locorum perageretur, & cur institutum foret, quid apud probatos auctores legerim, in medium afferam. De loco certum est, tam Graecos, quam Romanos locum secundum Pausaniã (lib.2. Atti.) imagine theatri constructum habuisse, in quem deferebantur poemata, priusquam in theatro agerentur, & ex quo certamina musica spectabantur, ὠδεῖον a Graecis, a Latinis ipsis odeum uocatum, in hoc uocis exercitationes, atque certamina praedicta effici consueuisse existimo, quando Suetonius Tranquillus Neronem, musicum certamen instituisse, Domitianumq. odeum, ubi praeter citharaedos, citharistae, atque psallocitharistae certarent, excitauisse scribit. quamquam alibi quoque & praesertim in gymnasiorum exedris, in quibus philosophos, & rectores disputare solitos accepimus, ueteres uociferationibus certasse, se ipsosq. exercuisse suspicor, cum ad formandas excolendasq. uoces alios in concauis locis, alios prope maris litora, ut de Demosthene fertur, uociferari, legere, & cantare consueuisse, legamus. Porro finis, cuius gratia huiuscemodi exercitationes ueteres in usum prouexerint, multiplex fuit, sicut a Platone, Aristotele, ac Plutarcho intelligere possumus: nam uociferationibus exercebantur uel ut in choris, in Sophistarum ac aliorum ad hoc institutis certaminibus, in dithyrambis τοὺς ἀντιστρόφους siue aduersarios superarent, uel ut in scena & theatro quisque munere suo cum laude fungeretur. Ceterum an eodem tempore uociferationis exercitatio, & ad histrionicum, & ad medicum usum tracta fuerit, haud quaquam certo scio. sed cum animaduerterim, Corneliũ Celsum inter exercitationes imbecilli stomacho conferentes claram lectionem commendasse, similiter & Coelium Aurelianum antiquum inter Latinos medicum in dolore capitis uocis exercitium anaphonesin a Graecis uocatum probasse, nec non in uocis amputatione, & alijs morbis exercitium idẽ adhibito praeceptore administrandum consuluisse, ad credendũ adducor,

(In prot. In lib. de tuen. san. In xix. partic. prob.)

(Lib. 1.c.8. lib.1.chro. ca.1.& lib. 2.cap.6.)

A adducor, aetate illa uocis exercitationem in medicorum gymnastica locum habuisse, atque ipsos gymnastas uocem exercendi, modos, tempora & regulas calluisse: tametsi postea Plutarchi atq. Antylli temporibus ipsa maius incrementum susceperit, nempe quando pluribus iam experimentis comprobatum erat, exercitationem uocis rite initam non modo ad uocis conseruationem, & ad aliquorum morborum curationem, sed etiam (quod ait Plutarchus) ad tuendam bonam ualetudinem, & ad corporis robur uerum efficacissimam esse, ut pote quae thoracem, ac uocalia instrumenta perbelle exerceat, naturalem calorem excitet, partibusq. maxime uitalibus, & principalissimis uim internam, uigoremque firmum, & genuinum inserat. ob quae fortasse refert Galenus, Thessalum illũ, aetate Neronis, ut scribit Plinius, magna in existimatione habitum B & a se ipso iatronicem appellatum, eam etiam curandis malignis ulceribus adhibuisse. Modus autem, quo huiuscemodi exercitatio peragebatur, talis a Coelio Aureliano in cap. de furore proditur, quod principia leni uoce promebantur, narratio uero, & demonstrationes extenta, atq. maiore, tum epilogus demissa, & indulgenti; quem uero Antyllus indicauit, erat, quod, cum aluus deiecerat, primo leniter fricabantur, ac praecipue inferiores partes, faciesq. spongia aut madefiebat, aut abluebatur, deinde prius sensim, ac per interualla mediocria loqui incipiebant, nonnumquam prius deambulabant, post uero ad uociferationem accedebant, in qua doctrinae expertes ea dicebant, quorum meminerant, quaeue clara & multas habere lenitatis & asperitatis mutationes habere uidebantur. sin autem uersus sciebant, iambicos dicebant, & tertius C locus Elegiae dabatur, quartus modulis, & numeris, atque in his omnibus praestãtius iudicabatur memoria recitare, quã legere, &, ut admonuit Plutarchus, mediocribus potius, quã nimis commotis uociferationibus, & iurgiosis clamoribus uti: in primis uociferabãtur, uocẽ quam grauissimis fieri sonis poterat, producendo, tum ad acutissimos eã redigendo: deinde cum non multum in acuto sono permansum foret, retro uicissim reflectebant, paullatim uocem diminuendo, donec ad grauissimam, a qua ductum initiũ erat, reuerterentur: atq. hunc in modum tota uocis exercitatio absoluebatur, adhibita interim ratione uiriũ, alacritatis, consuetudinis, & deniq. aliorũ, de quibus Plutarchus in libro, quẽ de conseruanda ualetudine inscripsit, copiose disseruit. ea autem omnia agebant tam accumbentes, quã sedentes, aut stantes: ut hac ratione loca ampla huiuscemodi exercitationi minime necessaria iudicauerit Socrates. Ad hoc

In lib. de u. ual.

4. Meth. lib. 29. c. 1.

In lib. de tu. ual.

pertinet & illud, quod a Plinio lib. XXXIV. cap. XVIII. relatũm eſt, D
Neronem Principem lamina pectori impoſita ſub ea cantica excla-
mantem alendis uocibus demonſtraſſe rationem. Et quoniam dixi
mus in hoc exercitationis genere, quartum locum numeros, & mo
dulos obtinuiſſe, merito quis a nobis ſciſcitari poſſet, qua ratione il
lud factum credamus, cum Plato quampluribus in locis diuerſam
& paene contrariã gymnaſticae muſicam effecerit, quod altera ani
mum, altera corpus reſpiciat. Cui reſpondendum eſſe iudico, muſi
cam prout ex rythmis, melodijs, harmonijſque compoſita eſt, om-
nino a gymnaſtica ſeparari, quia ſic animorũ ſolatio atque iucun-
ditati ſolummodo ſtudet, moreſq. hominum aliquo pacto compo-
nere apta eſt: ob quod eam Plato & Ariſtoteles in optimis rebus pu
blicis pueris addiſcendam ſtatuerunt. Quatenus uero muſica ipſa
uoce utitur, & modo graues, modo acutos, modo medios ſonos, E
qui nõ ſine aliquo corporis labore eduntur, admittit, in gymnaſti-
ca locũ obtinere perſpicuum fit. cuius rei illa aſsignari ratio poteſt,
quod muſica tota ordinatis uocis motibus plena exſiſtit, qui ſecun-
19. partic. dum Ariſtotelis ſententiam naturam uireſq. noſtras & augent, &
Prob. 38. ſeruant. ut hac de cauſſa nemo infitiari debeat, quin muſica, perin-
de ac uociferatio gymnaſticae, medicorum exercitatio quaedam
lib. chron. reputetur, quando id Coelius Aurelianus medicus ſaepe teſtatum
cap. 5. & li. fecit, & praecipue dum in furore, atque in catarrho, uocis ue abſciſ
2. c. 6. & 13 ſione curandis modo uocis exercitium muſico monitore compoſi-
tum, modo anaphoneſim adhibito praeceptore, & temporum or-
dine ſeruato, modo eandem ſub magiſterio aliptae, uel muſici prae
cipientis ineundam praecipit. Ad haec gemitus quoque inter gym
naſticas uocis exercitationes recenſeri debere cenſeo, nempe qui ul F
tra clamores, atq. ululatus, quos fere ſemper ſibi aſſociatos gerunt,
lacrymas quoque eliciendo excrementa capitis aliarum multa-
7. Polit. rum exercitationum inſtar exinanire poſſunt. Et iccirco Ariſtote-
cap. ult. les iure eos improbandos eſſe uoluit, qui pueris lege ploratus pro-
hibent: ita enim ab ipſo ſcriptum inuenitur: τὰς δὲ διατάσεις τῶν
» παίδων, καὶ κλαυθμοὺς, οὐκ ὀρθῶς ἀπαγορεύουσιν οἱ κωλύοντες ἐν
» τοῖς νόμοις. συμφέρουσι γὰρ πρὸς αὔξησιν, γίνεται γὰρ τρόπον τινὰ
» γυμνασία τοῖς σώμασιν, ἡ γὰρ τοῦ πνεύματος κάθεξις, ποιεῖ τὴν
» ἰσχὺν τοῖς πονοῦσιν, ὃ συμβαίνει καὶ τοῖς παιδίοις διατεινομένοις. id
eſt: Puerorum uero diſtenſiones atque ploratus, qui in legibus pro-
hibent, haud recte faciunt, cõferunt enim ad incrementũ, cum ſint
quodammodo exercitationes corporum, ſpiritus nanq. cohibitio
laborantibus robur parit, quod etiam pueris inter plorandum di-
ſtenſis

A ſtenſis contingit.' Ex quibus plane patet Ariſtotelem ploratum & exercitationem, & utilem exercitationem cenſere. Nam & Cicero athletas inter exercendum ingemiſcere conſueuiſſe memoriae mādauit, quaſi illud ad augendas actionum uires non parum adiuuaret. Riſum pariter ſi quis inter uocis exercitationes adnumeret, minime iudicio meo alucinabitur, quod (ſiue is titillatio praecordiorum exſiſtat, quemadmodum Ariſtoteles ſenſit, ſiue, ut eſt apud Meletium, motio quae in facie exſiſtentes muſculos diſtendat, ſiue muſcularis dilatamenti motus, qui a ſpiritus agitatione ab intimis uiſceribus impellitur, ſiue quid aliud ſenſum atq. intellectum humanum latens) proculdubio illum corpora noſtra agitare, & non parum exercere apparet. Quis enim non uidet hominibus, dum rident, tota uiſcera commoueri, igneſcere faciem, caput & pectus B concuti? innumeriſq. fere affectionibus eorum ſtatum affici, quae ſicuti nonnullis aliquando magna detrimenta, aliquando mortem attulerunt, ita quoq. alios non parum iuuerunt: ut falſum dixiſſe apud Xenophontem Aglaitadem illum ferme conſtet, qui riſum mouentes neque ridentium animis, neque corporibus prodeſſe credidit.

2. Tuſc. qu.

2. de part. animaliū. & 35. parti. prob. 6. In lib. de nat. hom.

In Paed. Cyri.

De Cricilaſia, Trocho, Petauro, & Pilamalleo. Cap. IIX.

SI ea omnia, quae antiquis temporibus uſitata, ac, ut ſic dicam, peruulgata erant, aut ad nos per manus tradita, ſicut de anatomica arte narrat Galenus, perueniſſent, aut ab auctoribus ſcriptis mandata non interijſſent, mul C tos profecto labores, quos homines quotidie in obſcuris, ac antiquatis rebus ad lucem reuocandis ſuſtinent, citra ullam iacturam effugiſſent. ſed quoniam alia temporis diuturnitate, aſperitateq. obſoluerunt, alia difficili obſcuritate deprauata ſunt, alia ſcriptorum interitu defecerunt, alia communi quadam ſaeculorum negligentia numquam proprium nitorem recuperarunt, hinc factum eſt, ut indies cogantur homines obſoleta renouare, deprauata reformare, abolita reficere, tandemq. neglectis & deturpatis ſplendorem reſtituere, nec non in tanta obſcuritate coacti, ſomniantes quandoq. a ueritate procul aberrare. inter quos cum ego quoque ſimilem prouinciam ſuſceperim, qui artem gymnaſticam olim in magno pretio habitam, nunc penitus obſcuratam, & emortuam ad lucem reducere ſtudeo, mihi tanto maiore excuſatione dignus uideor, quanto pauciores, aut fere nulli ſcriptores ſuperſunt,

2. de anat. admini. in princ.

a quibus institutum meum dirigi queat, ne sileam plurima exercitationum genera, quae quod temporibus nostris desueuerint, ueterumq. peragendi eas ratio non habeatur, quomodo fierent, qualesue essent, diuinandum est potius, quam certi quidquam affirmandum. Quemadmodum de Cricilasia atque trocho contingit. Nam κρικηλασίας, quae circuli impulsum latine sonat, modum atque figuram tametsi Oribasius ex Antyllo explicasse uideatur, tamen res ipsa usque adeo tenebris inuoluta est, ut perarduum omnino cuiuis erudito fiat, talis exercitationis formam & condiciones dignoscere. Sed ne quis nos uel crassae ignorantiae, uel temeritatis, uel timiditatis, uel arrogantiae crimine iuste notare queat, ipsius Oribasij uerba graeca ex Vaticano codice descripta in medium adducam, quae ita in libro Collectaneorum. 6. ad Iulianum leguntur.

cap. 26. Ἐλάσσονα δὲ σχέτω ὁ κρίκος τὸν διάμετρον τοῦ μήκους, τοῦ ἀνθρώ- E
» που, ὥστε τὸ ὕψος αὐτοῦ μέχρι τῶν μαστῶν ἐξικνεῖσθαι, ἐλαύνεσθαι δὲ
» μὴ κατὰ μῆκος, ἀλλὰ κατὰ πεπλανημένον, ἔστω δὲ ὁ ἐλατὴρ σιδηροῦς ξύ-
» λινον ἔχων τὴν λαβὴν, τοὺς μέντοι λεπτοὺς κρίκους τοὺς περικειμένους τῷ
» τροχῷ ᾠήθησάν τινες εἶναι περιττοὺς, τὸ δὲ οὐχ οὕτως ἔχει ἀλλ' ὁ ψό-
» φος ὁ γινόμενος ἐξ αὐτῶν διάχυσιν ἐργάζεται, καὶ ἡδονὴν τῇ ψυχῇ,
» idest, Habeat uero circulus diametrum hominis longitudine minorem, ita ut ipsius altitudo usque ad mammas pertingat, neque secundum longitudinem, sed in transuersum impellatur, sit autem impulsor ferreus ligneam ansam habens. Nonnulli tenues anulos rotae circumpositos superuacaneos esse putarunt: at hoc minime ita se habet, quinimmo sonus ab ipsis genitus relaxationẽ, atque uoluptatem animo parit. Ex quibus uerbis clare patet, in hac exercitatione homines circulum quendam magnum, cuius circumferentiae anuli parui infixi erant, quadam ferrea uirga ansam habente in transuersum latus impellere consueuisse. sed cum hac aetate in usu non habeatur, possumus sane aliquid diuinare, at eius formã & condiciones penitus cognoscere minime licet. quod enim trochus graecus fuerit, de quo Horatius lib. 3. carminum. F

Seu Graeco iubeas trocho,

fieri quidem potest; at ob hoc nil amplius certi habebitur, cum & ille aeque sit nobis ignotus. Quod item petaurum fuerit, aliquis fortasse in animum induxerit suum; uerum tamen rem secus se habere facillime perspiciet, dum scire uelit, id machinam quandam ligneam fuisse, qua homines rotis quibusdam in aerem iactabantur, ut, praeter nominis illud indicantis uim, testatus est tum Lucilius,
» cum dixit, Sicuti mechanici cum alto exiluere Petauro, tum etiam

Iuue-

A Iuuenalis Saty. 14. hoc uersu.

An magis oblectant animum iactata petauro
Corpora, quiq. solent rectum descendere funem
& Martialis libro. 11.
Quam rota transmisso toties impacta petauro,

unde genus hoc exercitationis delectabilis minime Cricilasiae assimilari patet. quamquam credo petauro ualde similem esse iactationem illam, quae hodie apud multas puellas & pueros efficitur assere funibus quattuor ad laquearia suspenso, & ibi sedentibus pueris, aut puellis ueluti per aerem iactatis. quod genus sub oscellarum appellatione a ueteribus significatum puto: atq. id forsan est, cuius meminit Auicennas prima quarti tract. ij. cap. xiij. ubi ad coercendum sudorem laudat, ut aeger ponatur super instrumentum, quo pueri, uel iuuenes solent in aere concuti. etenim Aelius B Stilo apud Festum ait, petauristas dici proprie Graece, quod ij πρὸς ἀέρα, uel πρὸς αὔρας πέτονται, siue, quod ad aerem, uel ad auras uolent. quod exercitationis genus etiam in ludis gymnicis usurpatum fuisse apud Thracas, Ægyptios, aliosque populos ex historijs unicuique perspectum esse potest. Nec minus istud indicant Augusti, atq. Tiberij Caesarum nummi, in quibus hunc in modum oscellarum ludus repraesentatur.


OSCELLAE VEL PETAVRV̄

vulg. Altalena

A Qui licet ab hodiernis oscellis diuersus sit quod ad modum, nihilominus re ipsa nequaquam distare facile perspicitur; quod in aere uideatur non secus lusores quassari solitos fuisse, atq. nunc agunt, qui similiter exercentur. Neque forsan prorsus absonum est raptorium illum machinamentum a Coelio Aureliano macron sparton uocatum uel ipsummet petaurum, uel saltem non ei dissimile fuisse. Iam uero si quid apud Latinos auctores legitur, quod cricilasiae aequiparari queat, id profecto est trochus, quem Martialis ita pluribus in locis descripsit. 5. chron. cap. ult.

Inducenda rota est, das nobis utile munus, lib. 14.
Iste trochus pueris, at mihi cantus erit. &
Garrulus in laxo cur anulus orbe uagatur. ibidem.
Cedat at argutis obuia turba trochis. & lib. 11.
B *Lydia tam laxa est, equitis quam culus aheni,*
Quam celer arguto qui sonat aere trochus.

in trocho namq. primo erat circulus, & in circulo anulus, qui sono spectatoribus uoluptatem afferebat, aderat & impulsor cum ansa a Propertio clauis uocatus, ubi dixit,

Increpat & uersi clauis adunca trochi. lib. 3.

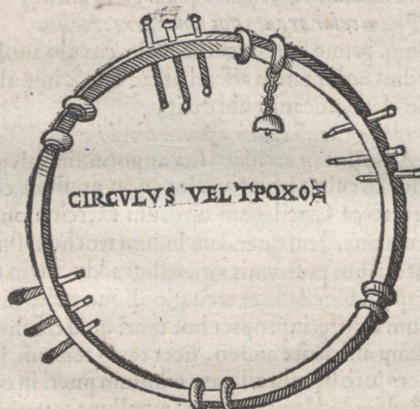
quae omnia Antyllus in cricilasia sua appositissime depinxit, nisi quod Antyllus circulo tenues anulos, non anulum circumpositos tradit, praeterea Cricilasiam uirorum exercitationem effecit. Martialis autem puerilem quendam ludum trochum fuisse significauit. Quibus duabus postremis rationibus adductus in eam sententiam uenio, quod Cricilasia exercitatio aliquo pacto diuersa a trocho Latinorum exstiterit; propter hoc tamē quid trochus foret, minime quidquam affirmare audeo, licet certo teneam, illud genus C turbinis, quem loro baculo alligato emissum pueri in orbem rotare faciunt, & deinde plagis rotatum impellunt certatim, quemue Graeci βέμβικα nuncupant, ut ex hoc antiquo Epigrammate.

Οἱ δ' ἄρ ὑπὸ σκυτάλαις θοὰς βέμβικας ἔχοντες
Ἔστρεφον εὐρείῃ παῖδες ἐνὶ τριόδῳ. - idest:
At pueri scytalis ludentes turbine acuto
Vertebant lato quisq. suum in triuio.

Et quem appositissime descripsit Virgilius his uersibus 7. Æneid.

Ceu quondam torto uolitans sub uerbere turbo,
Quem pueri magno in gyro uacua atria circum
Intenti ludo exercent, ille actus habena
Curuatis fertur spatys, stupet inscia turba,
Impubisq. manus mirata uolubile buxum

Dant animos plagae, D
minime trochum esse, ut uoluerunt nonnulli, sicuti & exercitatio illa, quae hodie supra ligneas tabulas pannis contectas una cum ligneis pilis efficitur, & truchus nuncupatur, trochi antiquorum apud me similitudinem paruam gerit. Nam trochus primo in publicis gymnasijs, alijsue locis peragebatur. Secundo is anulum seu anulos habebat strepitum edentes, ut homines per uiam ambulantes sonitu audito longius ab incursu trochi cauerent. Postremo ex aere conflabatur, atque clauem aduncam habebat. quae omnia nec separatim, nec simul in turbine, seu trucho nostris reperiri sensus ipse docet. ut merito credere debeamus, ab his longe diuersum antiquorum trochum exstitisse, quem (ut ego puto) apprime repraesentat haec figura, E



F

a Ligorio ad nos missa, quam se ex forma in uetustissimo, atq. amplissimo cuiusdam Comici uel Satyrici poetae monumento expressa in uia Tiburtina prope Romam accepisse retulit. nisi quod praeter anulos dentes quosdam circulo infixos & mobiles monstrat. quos ad strepitum maiorem edendum appositos fuisse uero consonat. Trochum autem cum Horatius inter exercitationes connumeret in arte poetica,

Indoctusq. pilae, disciue, trochiue quiescit,
Ne spissae risum tollant impune coronae:

Cumq. Propertius inter gymnasiorum exercitationes recenseat: pro-

A proculdubio ad gymnasticam aliquam pertinuisse, consentaneum rationi uidetur. & ob id cum neque militari, neque athleticae iure attribui queat, superest medicinae gymnasticae exercitationem fuisse, & illius praesertim, quae pueris exercendis operam nauabat. His dissimilem formã habet exercitationis illud genus, quod, non multis ab hinc annis in Regno Neapolitano inuentum, hodieq. in uniuersa fere Europa usitatum, apud Italos Pilam & malleum uocant. in hoc etenim primo brachia, & dorsum exercentur, quando malleis ligneis pilam ligneam longe pellere coguntur: demum ex ambulatione, quae tali exercitationi perpetuo associatur, ea commoda fere trahuntur, quae ambulantes homines percipiunt. ut his rationibus, licet antiquum non sit, minime contemni mereatur. quamquam aliquis antiquos etiam hac exer-
B citatione non caruisse forsan contendat, cum apud Auicennam inter ceteras exercitationes unum nominetur, quod uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna aut parua lignea efficiebatur. quas condiciones apprime nostro pilamalleo conuenire unusquisque uidet, nisi alias tacuerit Auicenna, quod suo tempore notissimae essent. loc. citatis.

De Equitatione. Cap. IX.



HACTENVS eas exercitationes prosecuti sumus, quas homines a seipsis citra alterius rei adiumentum obibant. Superest de ijs modo sermonem habere, in quibus homines quidem sponte, & quodam modo libere mo-
C uebantur, at eorum motus alterius mouentis ope perficiebantur. quod enim Galenus istis duobus addidit genus exercitationis a medicamentis factum, minime ad institutum nostrum pertinet: ideo illud semper dimissum hac ratione intelligatur. Inter haec postrema primum locum iure sibi uindicat equitatio a Graecis medicis ἱππασία uocata, nempe quae ceteris dignior sit, & liberum hominem, ut scripsit in Lachete Plato, maxime deceat, necnon utriusque exercitationis naturam, illius scilicet, quae a nobis ipsis, & illius quae ab alijs in nobis peragitur, secundum Galeni sententiam sapiat. Equitationis primum inuentorem Bellorophontem exstitisse, auctor est Plinius. post Bellorophontẽ Thessali ob id Centauri nuncupati equitatione in bellis uti coeperunt, quae paullatim usque adeo creuit, ut Hippocratis tempore omnes fere Scythae equis ueherentur. qui cum ob assiduas equitationes coxarum doloribus 3. de tu. ua. lib. 7. c. 56. lib. de aere aquis & locis.

cruciarentur, per uenarum post aures incisionem ab illis curati, ad D
coitum ualde impotentes euadebant; quamquam multi erant infecunditatem eam a Dijs proficisci suspicantes, quos Hippocrates redarguit, quod diuites semper Dijs amici, pauperes uero minime
2. Rheto. sint, (ut etiam Aristoteles id ab Hippocrate mutuatus confirmauit,) & propterea aequum fuisse potius inopes, quam opulentos eo uitio corripi, cuius tamen contrarium eueniebat. Post Hippocratis tempora equitatio semper, quemadmodum in Hippia a Platone traditur, in maxima existimatione habita fuit, & iccirco omnes gymnasticae species eam inter reliquas suas exercitationes receperunt. Nam quod in circis & ludis maiores nostri equitationis certamina adhiberent, praeter Olympicos ludos, in quos uicesima quincta Olympiade equorum cursus certamen inductum tradunt; testatum facere possunt quattuor illae Romanae factiones, E
Albati scilicet, Russati, Veneti, & Prasini, quae tum in circis, tum in ludis, ac alijs equestribus certaminibus adhibitis equis siue ad equitationem, siue aurigationem semper certabant, tantumq. studium equis optimis eligendis, ac parandis exhibebant, ut Gale-
7. Metho. nus dixerit, Venetae, ac Prasinae factionis homines etiam stercora equorum odorare solitos, quo ex illis animalium habitus atq. temperaturas internoscere, & cognitis inde melioribus uti ualerent; si quidem harum factionum contentiones potiundi uictoria caussa tales erant, quae nec ullis sumptibus, nec ullis laboribus ac studijs parcere quemquam permitterent: eo magis quod tota urbs quasi quadripartita erat, alijs uni, alijs alteri factioni fauentibus, nec ulla pars ciuitatis reperiebatur, aut ullus hominum conuentus, in quibus certaminum tempore de huiuscemodi factionibus aut stu- F
diosissime non disceptaretur, aut saltem sermo non haberetur, quemadmodum ex Plinij sexta noni libri Epistola, atq. his Martialis uersibus quisq. coniectura assequi potest.

Saepius ad palmam Prasinus post fata Neronis
Lib. II. *Peruenit, & uictor praemia plura refert,*
I nunc liuor edax, dic tu cessisse Neroni,
Vicit nimirum non Nero, sed Prasinus,
De Prasino conuiua meus, Venetoq. loquetur.
Nec facient quemquam pocula nostra reum.

quamquam Iuuenalis maiorem Romanae ciuitatis partem Prasinae factioni fauisse tempore suo, quando Martialis quoq. floruit, testari uideatur his uersibus.

Totam hodie Romam Circus capit, & fragor aurem

Per-

A *Percutit, euentum uiridis quo colligo panni.*
Nam si deficeret, maestam, attonitamq. uideres
Hanc urbem, ueluti Cannarum in puluere uictis
Consulibus.

Has uero in fauendis diuersis factionibus hominum acerrimas contentiones inde ortas semper existimaui, quoniam Romanorum quarumlibet uestimenta quattuor dumtaxat coloribus texebantur uel rubeo, uel albo, uel uiridi, uel ueneto, sed praecipue rubeo magis fusco, ut Martialis hisce uersibus indicat, de Canusina lana rubea fusca sermonem habens,

Roma magis fuscis uestitur, Gallia rufis,
Et placet hic pueris, militibusq. color. lib. 14.

& ob hoc quicumq. ei factioni fauere cogebatur, quae sibi similem B colorem profitebatur. Etsi huic sententiae reclamare uideantur ea Ouidij uerba. 1. de arte amandi.

Cuius equi uenient, facito studiose requiras,
Nec mora, quisquis erit, cui fauet illa, faue.

Sed de equitatione ludorum, & spectaculorum, quam & athleticã uocare licet, plura non dicam: quoniam eruditissimus Panuinus luculentissime simul, & copiosissime in libris de ludis, quos iam edere parat, uniuersam hanc materiam pertractauit. Ad bellicam gymnasticam accedo, quam ad acquirendam equestrem pro bellis disciplinam equitationis exercitio usam fuisse, locupletissime testatus est Plato: ubi non modo uiros equis armatos, atq. inermes exerceri statuit, uerum puellis quoq. tales exercitationes inire concessit, easq. inter ceteras bellicae gymnasticae species, siue partes euidenter collocauit, sicuti Xenophon pariter sentire uidetur, apud C quem Ischomachus uitae suae rationem Socrati exponens sic loquitur: μετὰ δὲ ταῦτα ὡς τὰ πολλὰ ἀναβὰς ἐπὶ τὸν ἵππον, ἱππασάμην ἱππασίαν, ὡς ἂν ἐγὼ δύνωμαι ὁμοιοτάτην ταῖς ἐν τῷ πολέμῳ ἀναγκαίαις ἱππασίαις, οὔτε πλαγίου, οὔτε κατάντους, οὔτε τάφρου, οὔτε ὀχετοῦ ἀπεχόμενος, ὡς μέντοι δυνατὸν, ταῦτα ποιοῦντα, ἐπιμέλομαι μὴ ἀποχωλεῦσαι τὸν ἵππον. idest. Post haec autem equum adscendens ut plurimum, equitationem illis, quae fiunt in bello necessarijs equitationibus, quam per me fieri potest simillimam exerceo modo per transuersum, modo per decliue, modo supra fossas, modo supra aquae riuos illum agens, atque haec facientem equum, ne claudum reddam ualde studeo. Quae uerba, postquam multis alijs eius uiuẽdi rationem declarantibus addidisset Ischomachus, ei tandem Socrates ita responsum dedit: νὴ τὴν ἥραν ὦ ἰσχόμαχε ἀρεσκόντως

Marginal notes: 8. de leg. (beside "tus est Plato"); In Oecon. (beside "quem Ischomachus")

τως γὲ μοι ταῦτα ποιεῖς, τὸ γὰρ ἐν τῷ αὐτῷ χρόνῳ συνεσκευασμέ- D
νως χρῆσθαι τοῖς τε πρὸς τὴν ὑγιείαν καὶ πρὸς τὴν ῥώμην παρασκευάσμασι, καὶ τοῖς εἰς τὸν πόλεμον ἀσκήμασι, καὶ ταῖς τοῦ πλούτου ἐπιμελείαις, ταῦτα πάντα ἀγαθὰ μοι δοκεῖ εἶναι. hoc eſt. Per Iunonem o Iſchomache ſic agendo mihi places, quandoquidem uno tempore collectim ſanitati, atque robori acquirendo operam nauas, nec non ad bella te exerces, diuitijsq. accumulandis inuigilas, quae omnia admiratione digna mihi plane uidentur. Ex his enim & Iſchomachi, & Socratis ſermonibus clariſſimum argumentum elicitur, antiquos ad bellicas diſciplinas comparandas equitationibus uſos. Quod uero medicorum gymnaſtae equitationes ad ſanitatem recuperandam, tuendamue, nec non ad optimum corporibus habitum ingenerandum adhiberent, praeter Socratis modo citatam

2. đ tu. ua. cap. II. orationem, unum Galeni teſtimonium ſufficere deberet: qui inter E
reliquas gymnaſticae exercitationes minime infimum locum eam obtinere, cum nedum corpus, ſed etiam ſenſus exerceat, ſcribit: niſi quoq. Antylli, Aetij, & poſtremo Auicennae comprobatio acce-

Loc. citat. deret, qui tam equis, quam camelis uectari inter opportunas exercitationes repoſuit. nam & Germanicum Tiberij Imperatoris nepotem, cum crurum tenuitate deturparetur, equitatione a medicis imperata illam curaſſe memoriae prodidit Suetonius: ut hoc exemplo perſuaſi credere debeamus equitationem tamquam utiliſſimam a medicis ſemper magnopere exiſtimatam fuiſſe: quamuis & apud ipſos ualde referret, numquid mulo, an equo ueherentur, & illis an gradarijs, an aſturconibus, an ſuccuſſatarijs, an concurrentibus: quorũ omniũ diuerſas operationes ſuo loco explanabimus.

F

De Curruli uectatione. *Cap. X.*



DIXIMVS duo eſſe exercitationum genera, alterum in quo homines a ſe ipſis ſolum mouentur alterum ab alijs, ſiue, ut Ariſtotelis more loquar, alterum in quo ſuapte natura, alterum in quo alio mouente ſeſe exercentes mouentur. De primo ſuperius tractauimus, de altero quod geſtatio Coelio Aureliano, & Plinio communi nomine, ab Antyllo, Herodoto, Galeno, alijsq. antiquioribus medicis Graecis αἰώρα uocatur, in ſequentibus uerba facere polliciti ſumus. atque iam de

2. đ tu. ua. cap. II. equitatione, quam Galenus mixtum motum fecit, ſermonem explicamus. ad alia igitur tranſeuntibus prima ſeſe offert in curribus uectatio, quam antiquiſſimam fuiſſe, nemo infitiatur. ſi quidem,

ut

A ut Arati uetustus interpres testatur, primus, qui equos curribus iunxerit, fuit Erichthonius, quem ob id inter caelitum imagines relatum scribit Manilius primo astronomicorum. Porro forma, & modus curruum diuersus exstitit. Nam Plinius materiam curribus faciundis idoneam abietem probat, rotarum uero axibus Ilicem, fraxinum, atq. ulmum. vnde elicitur ueteres ex huiuscemodi lignis currus fabricasse, qui prioribus illis saeculis duabus tantum rotis construebantur. alias duas auctore Plinio addiderunt Phryges. Scythas postea etiam sex rotis currus construxisse memoriae tradidit uetustissimus auctor Hippocrates. quae rotae Homeri temporibus stanno ornabantur, at posterioribus saeculis non modo rotas, sed tota uehicula ebore ornata fuisse, legimus apud Plautum in Aulularia, sicuti Plinij tempestate tota esseda atq. uehicula auro, ac argento insignita conspiciebantur. Varijs praeterea rebus cooperta fuisse uerisimile uidetur, plerumque autem pellibus, quem admodum in probl. Romanis scriptum reliquit Plutarchus: sicuti aliquando equis, aliquando mulis, aliquando bobus interdum uiris agi solita legitur. Quin Heliogabalum non modo uaria, & monstruosa animalia, sed etiam feminas nudas curribus iunxisse, ijsq. ipsum uectum esse, tradunt. Haec porro gestatio in curribus facta olim Romae inter mulieres in maximis delicijs habebatur: ad tantumq. luxum aliquando peruenit, ut eas ipsa uti senatusconsulto uetare, coacti sint Romani. cuius rei gratia cum mulieres ira percitae inter sese conspirassent, ne qua eorum conciperet, neue pareret, atque ita uiros ulciscerentur, Romanos mutasse sententiam, atque iterum illis curribus uti permisisse, scriptis mandauit Plutarchus. In quibus deinceps ne sederent, neue equis per urbes ueherentur, M. Aurelius Antoninus philosophus, matronarum consulens modestiae, denuo prohibuit. Neq. minus apud gymnasticos haec ipsa gestatio aestimata reperitur: quando, siue ludos, & sacra certamina spectes, siue medicorum libros perscruteris, in omnibus ea usitata apparebit. Quis quaeso nescit nona & nonagesima Olympiade curruum certamen in Olympicos ludos inuectum. Quis ignorat Synoridas, quibus animas nostras Plato in Phaedro elegantissime assimilauit, necnon bigas, quadrigasue curruum genera in publicis sacris frequenter certasse? quod postea studium ita apud Romanos excultum, atque auctum fuit, ut pauca, uel nulla fere publica spectacula ederentur, quin curruum certaminibus honorifica praemia proposita spectarentur. Ob quae refert Plinius in quadrigarum certamine, quod Latinarum ferijs in Capitolio celebrabatur,

[Margin notes: li.16. c.42. & 53. — lib.7. c.56. — lib. de aere aquis & locis. — li.34. c.17. — Lampridi' in uita Heliogab. — lib.27. c.7.]

[Section letters in margin: A, B, C]

tur, pro praemio uictorem ahsinthium bibere consueuisse, quasi D
sanitatem in praemium dari ualde honorificum arbitrarentur maiores. An uero gratia bellicae disciplinae adipiscendae uectatione in curribus uterentur ueteres, nil certi affirmare audeo. Existimo tamen, quod, cum ab Homeri aetate usque ad Xenophontis tempora, atque etiam posterioribus saeculis perdurauerit mos, ut in bellis e curribus quoq. dimicarent, quemadmodum in equitatione exercebantur, quo fierent bellis gerendis aptiores: similiter & in curribus se exercere consueuisse, ne, cum pugnandum erat, tamquam inexercitati, & diuersorum agendi currus modorum expertes superarentur. Ceterum quod medici gymnastici similem uectationem tam pro sanis conseruandis, quam pro aliquibus aegris curandis in usum receperint, clarissime testati sunt Galenus, Antyllus, Herodotus, atque Auicenna: qui non modo eam inter gymnasticae uerae exercitationes reponendam uoluerunt, immo & febricitantibus (quod paucissimis exercitationibus attributum inuenitur) tamquam maxime commodam celebrarunt. huius etenim quasi duo genera effecisse uidetur Galenus, alterũ in quo homines uecti sedebant, alterum in quo iacebant. atq. utraq. haec raro in urbe, frequentissime per uias, & extra urbem peragebantur. iccirco scriptum est a Plutarcho, Romanos coactos fuisse in Septimontij festo prohibere, ne ea die uehiculo uti liceret, ut urbs, & festi celebratio non relinqueretur. Nũquid autem sani simul, & ualetudinarij in ijsdem uehiculis exercerentur, indicasse mihi uidetur Herodotus, apud quem legitur, febricitantes curribus, qui manu ducuntur, nec non bigis gestari solitos, atque illos a principio per triginta stadia moueri, deinde ea conduplicare; hos a stadijs triginta, aut F
quadraginta initium ducere, & usque ad spatium altero tanto maius progredi consueuisse. Sanos uero omnibus curribus, & tectis, & apertis sine ullo discrimine usos esse, uerisimile fit: etsi fortasse principes tectis potius, quam detectis uectos credere possumus, quando refert Dion historicus, Claudium Caesarem, dum prospera ualetudine uteretur, caputq. tremulum, & manus, ac linguam titubantes haberet, primum omnium Romanorum uehiculo undiq. obtecto gestatum esse, sicuti Plinius iunior ob oculorũ infirmitatem se aliquando usum illo testatur Epistolarum libro septimo, ita scribens ad Cornutum suum: » Pareo collega clarissime, & » infirmitati oculorum, ut iubes, consulo. Nam & huc tecto uehicu» lo undiq. occlusus, quasi in cubiculo perueni. Ex his igitur omnibus cuiq. cognoscere licet, talem exercitationem non minus ceteris

In paed. Cyri.

Oribasius li. 6. c. 25.

2. d tu. ua. cap. 11.

In probl. Rom.

A ris a gymnasticis probatam fuisse, quippe quos, & non aurigas motuum omnium ex hac gestatione contingentium facultates, & condiciones probe intellexisse, scribit Galenus. quasi haec exercitatio, quemadmodum & aliae, proprios praefectos, aurigas si possideret; insuperq. communi totius artis magistro subijceretur, qui & modum & mensuram, & qualitatem, & tempus in simili exercitatione obseruanda diligenter praefiniret. Habuerunt ueteres multa currūum, aut uehiculorum genera, ut Plaustrum, Esseda, Petoritū, Arcirnam, Birotum, Cantherinum, Carrucam, Carpentum, Thensam, Cisium, Couinum, Rhedam, Pilentum, Burdones. quae omnia quod rotis agerentur in hoc erant similia; distabant uero modo forma, modo materia, modo magnitudine, modo alijs. At de his non est quod loquamur, cum uectatio omnium fere eadem esset, B & iccirco medici cuncta sub uno Currus genere sint complexi.

2. d tu. ua. cap. II.

De gestatione in Lectica & sella. *Cap. XI.*

LECTICAM, atque sellam ob commoditatem potius eorum, qui uel senectute, uel morbo impediti ambulare pedibus non poterant, uel ob delicias, quibus semper homines studerunt, inuentam fuisse, quam ob aliud, non desunt qui opinentur: nec forsan sine ratione; quandoquidem nulla apparet probabilior caussa, qua inducti ueteres huiuscemodi instrumenta excogitauerint, quam quod equitare, & pedibus ire nequeuntes, aliquam rem optauerint, qua domo exire, per urbes uagari, iter facere quam commode ualerent; nisi dicamus, Imperato C res, Reges, atque Principes ne in faciendis itineribus a sole, a uento, pluuia tempestate, atque similibus offenderentur, lecticas & sellas undiq. obtegi, & retegi aptas inuenisse, quas alij postea diuites luxus, ac uoluptatis, siue commoditatis gratia, & postremo medici gymnastaeq. ad usum hominum sibi ipsis concreditorum traduxerint. utcumq. sit, constat, quos nuperrime dixi medicos, atque gymnastas illas ad exercenda saepe ualetudinariorum, rarius sanorum quoq. corpora usurpasse. Quae uero tam lecticae, quam sellae forma fuerit, nil ita certum habetur, quin dubitare cuiuis liceat; attamen uerisimile est, in ea puluinar, & lectulum stratum fuisse, quo & iacere, & sedere, prout libebat, qui gestarentur, possent. an in ceteris fuerit nostrae dissimilis, uel potius similis; credo non admodum disimilem exstitisse, nisi quod nostra a mulis, uel equis fere semper gestatur, illa antiquorum ut plurimum a seruis

sex

sex portabatur, atq. ob id Hexaphoros nũcupabatur, uti ex his uer D
Lib. 6. sibus Martialis perspicuum fit, in quibus Afrum quendam pauperem, & iuuenem deridet, quod lectica gestari uellet.

Cum sis tam pauper, quam nec miserabilis Irus,
Tam iuuenis, quam nec Parthenopaeus erat,
Tam fortis, quam nec cum uinceret Artemidorus,
Quid te Cappadocum sex onus esse iuuat?
Rideris, multoq. magis traduceris Afer,
Quam nudus medio si spatiere foro,
Non aliter monstratur Atlas cum compare mulo,
Quaeq. uehit similem belua nigra Lybin
Inuidiosa tibi quam sit lectica requiris?
Non debes ferri mortuus Hexaphoro.

similiter & ubi Zoilum carpit, quod lecticam sandapilae siue feretro mortuorum similem haberet. E

Lib. 2. *Laxior hexaphoris tua sit lectica licebit,*
Cum tamen haec tua sit zoile sandapila.

Lib. 6. libro. 1. ad Vxorẽ suã. Nam ex his liquido intelligere quisq. potest, lecticam fere semper a sex seruis esse gestatam. (In quem usum Cappadoces Martialis, Germanos Tertullianus adhibitos scribunt) siq. interdum aliquis lecticariorũ numerum augere uoluisset, protinus fuisse notatum, quemadmodum idem Martialis indicauit, ubi Philippum quendam insanum uocat, quod ab octo seruis lectica eius ob quandam diuitiarum inanem ostentationem per urbem gestaretur,

Octaphoro sanus portatur Auite Philippus,
Hunc tu si sanum credis Auite, furis.

Cum itaq. lectica antiquorum ita se haberet, non modo pro sede commoda, uerum etiam conciliando somno dum claudebatur inseruiebat, ut Iuuenalis testatur his uerbis. F

Sat. 3. *Namq. facit somnum clausa lectica fenestra.*

tamq. frequens illius erat usus, ut castra lecticariorum, qui solum gerendis lecticis, uel etiam matronis in eis deponendis, ac gestandis, ut est apud Iureconsultos mentio, destinabantur, pluribus in locis haberentur, in quibus & iura ipsis dabantur, & alia in castris fieri solita agebantur, quamquam libertis omnibus lectica per urbem gestari uetitum credam, Suetonij auctoritate inductus, qui Claudium imperatorem Harpocrae liberto lectica per urbem uehendi spectaculaq. publice edendi ius tribuisse scribit. At qui sellam duplicem fuisse tradidit Antyllus, siue potius eius interpres; alteram, in qua sedebant, quae uel cooperiebatur, uel aperta sinebatur,

A batur, & a nonnullis, ueluti a Coelio Aureliano, portatoria ſella, ac
fertorium dicebatur; alteram in qua iacebant. primam quoq. tem- lib.1.chro. cap.1.
poribus noſtris uidere licet, cum podagrici, diuites, atq. alij prin-
cipes delicijs nimis dediti illa quotidie uehantur, qua item uiros
magiſtratum gerentes olim geſtari conſueuiſſe, atque inde curulis
ſellae, in qua tantum ſedebatur, nomen emanaſſe arbitror: ſecun
dam, in qua iacebant, non habemus, quod ego ſciam, niſi dicamus
lecticam noſtram illius uicem gerere, atq. ipſis eandem rem ſignifi
caſſe lecticam, & ſellam iacendo, ſedendoue idoneam. Cui ſenten-
tiae plane ſubſcripſiſſe uidetur Aetius Amidenus, qui inter geſta-
tiones, ſellas omittens, ſolum lecticae duplicis mentionem fecit, lib.3. c. 6.
eius.ſ. in qua lecti ſedebant, & eius in qua iacebant. Fuerunt igitur
tum lectica, tum ſella inſtrumenta quaedam, quibus diuites, ſenes,
B & qui ambulare non poterant per urbes, & in itineribus a ſeruis ue
hebantur, quibusq. medici gymnaſtici ad exercendos ualetudinis
gratia tam ſanos, quam infirmos non raro utebantur. narrat enim
Galenus, Antiochum medicum iam octuagenarium, & in uiuen- 6 đ tu. ua. cap 4.
do ſolertiſsimum, ſi quando longius ire uellet, modo ſella, modo
uehiculo geſtari ſolitum. Narrat ſimiliter Plinius ſecundus, auun- lib.epiſt.3.
culum ſuum Romae ſella uehi ſolitum, ne caeli aſperitas ullum ſtu
dij tempus eriperet. Vnde iudicari poteſt, ſenes tam in exercendis
ſeipſis, quam in obeundis priuatis actionibus geſtationes in ſellis in
uſu habuiſſe, perinde ac etiam in languentibus medici eaſdem uſur
paſſe animaduertuntur, in quibus is modus ſecundum Herodotum
obſeruabatur, ut neq. minus quinq. ſtadijs, neq. plus quam huius
duplum ſimiles geſtationes producerentur, atq. ita ſequenti die ob
C ſeruaretur; tertio uero die quinq. ſtadia ſingulis diebus uſq. ad tri-
ginta ſtadia addebant. Et ne quis forſan ſuſpicetur, ſellam, atque
lecticam idem exſtitiſſe, prae ceteris unum Martialem adducere Orib. loco citato.
poſſumus, apud quem obſcurum eſſe nequaquam poteſt, illas di-
uerſas fuiſſe, cum ait. lib.10.

Lecticam ſellamq. ſequar? nec ferre recuſo
Per medium pugnas, ſed prior ire, lutum,

quod ſimiliter his Tertulliani uerbis in libro de pallio cōfirmatur,
Ipſas quoque iam lecticas, & ſellas, quis in publico quoque dome- »
ſtice, ac ſecrete habebantur, eierauere. Iam uero ſellarum alias fuiſ »
ſe pelliceas, alias oſſeas, nonnullas eboratas, aliquas argentatas, ex
Lampridio in Heliogabalo certo ſciri poteſt.

De

De agitatione per lectos pensiles, & per cunas facta, & de Scimpodio Cap. XII. D

QVOD agitationem per cunas,& lectulos pensiles,quos duos sub κλίνης uocabulo a Graecis complexos sentio, factam inter gymnasticae exercitationes recensere uelim, forsan aliquis mirabitur, cum hac tempestate cunae solis pueris eblandiendis inseruiant,paucissimiq. sint, quibus medici pensiles lectulos parari iubeant: ueruntamen is mirari desinet, si Galenum, Herodotum medicum, Aetium, & Auicennam diligenter legere placuerit: qui cum huiuscemodi agitationes inter alias corporum humanorum exercitationes adnumerarint,cur a me silentio praeteriri debeant, non uideo. Nam cunas ob pueros potius, quam adultos excogitatas fuisse non equidem diffiteor, sed E puto talem motionem interdum uiris cum ad leniendos dolores, tum ad conciliandum somnum non parum adiumenti praestare
Oriba. lib. 6. collec. lib. 3. c. 6. posse, ut praeclare scriptum est ab Antyllo, & Aetio,apud quos lectus fulcra mobilia iuxta angulares pedes habens nil aliud mea sententia significat, quam cunas ipsas, quas etiam intellexit Celsus, » ubi dixit, si ne id quidem est,uni lecti pedi certe funiculus subijciē- » dus est, atq. ita lectus huc,& illuc impellendus. & si Oribasij interpres nomen κλίνης pro lectica transferre maluerit, & iccirco omnes illos prorsus falli credo, qui in gymnastica medicorū eas nullū usum habere cēseant. Quibus similis quoq. est exercitatio illa puerorū, dū in ulnis a nutricibus gestantur,quae & a medicis, & a Pla-
7. de repu. tone pro ipsorum ualetudine mirum in modum probatur. Eadem prope est tam lectulorum, quam balneorum pensilium ratio.quae omnia quoniam ab Asclepiade Prusiense frequēter usurpata apud F Plinium traduntur, ut is infirmorum uoluptatibus ac iucunditatibus inseruiens penes homines auctoritatem adipisceretur, sicuti inuentori suo gloriam, atque existimationem incredibilem pepere-
lib. 26. c 3. runt, ita quoq. utentibus multam utilitatem simul, atque delectationem attulisse rationi consentaneum uidetur; atque inde emanasse, ut posteriores medici similem motum ad exercendos homines comprobarint.quamquam pauci,uel nulli (quod ego sciam) talium instrumentorum formam, acutendi modum tradiderunt, a quibus certo admoneamur frequentem illorum usum aliquo tempore exstitisse. nisi credamus, antiquos scriptores propterea huiuscemodi res scribere neglexisse, quia uulgatae,& omnibus manifestae essent. Quae temporibus nostris cum a plerisque ignorentur, opere-

A operaepretium me facturum spero, si breuiter, quid sentio, in medium afferam. Nam de lectulis pensilibus, quos primum ab Asclepiade excogitatos tradit Plinius, opinor eos fuisse lectos quosdam paruos modo ex lignis, modo ex aere, modo ex argento (maiores nostros etiam argenteos lectos habuisse scribit Plinius) constructos, qui quattuor angulis funibus ad cubilium laquearia alligaban tur, ita ut a terra sublati aliquantulum quasi in aere pendere uiderentur. Balnea similiter pensilia a Sergio Orata, teste Plinio, primum inuenta, non quae supra tecta fiebant, aut concamerata loca, ut uoluerunt aliqui, sed nulla alia fuisse credo, quam labra illa uel marmorea, uel aenea, uel lignea ad lectulorum imitationem laquearibus appensa, quo minimo quolibet manuum impulsu alias leniter, alias uehementius agitari ualerent. quod Seneca ad Lu

lib. 26. c. 3.

lib. 33. c. 11.

lib. 9. c. 53.

B cillum scribens nobis manifestauit his uerbis. Balnearum suspensura inuenta est: ne quid ad lautitiam deesset. His igitur motibus quoscúq. exerceri medici praecipiebant, huic uni potissimum studebant, ut motum citra laborem, lassitudinemue ullam afferrent: deinceps curabant, ne in exercitatione illa iucunditas desideraretur, quae profecto magna in lectulis, at maxima in balneis reperiebatur, nempe quae praeter suauissimum illum motum, aquae delectationem addebant, dum ea mollissime blandaq. titillatione quadam singula corporis membra tangebant. si namq. balnea pensilia ea fuisse intelligantur, quae supra tecta fierent, quomodo in illis maior illa uoluptas, ob quam secundum Senecam & Plinium excogitata fuerunt, reperiretur, quam in alijs, non uideo. De pensili lecto dixit Herodotus, gestationem in illo tamdiu faciendam es-

C se, quamdiu quispiam in sella gestatus quadraginta stadiorum iter conficiebat. alteri tamen eiusdem auctoris sententiae libentius acquiesco, uidelicet huiuscemodi exercitationem, quanta esse debeat, facile numero definiri non posse. quod non tantum in his, sed & in omnibus alijs sentio ob uarias, ac diuersas aegrotátium affectiones, quibus non eadem ullo modo conuenire posse, omnes uel mediocriter in medica arte periti uno ore praedicant. Lectulo pensili simile aliud instrumentum ueteres habuisse inuenio, quod σκιμπόδιον Graeci, scimpodium Latini eodem uocabulo appellarunt. hoc licet nusquam appenderent, erat tamen uel lectus paruus, uel quid in formam lecti pensilis constructum: atque ipso per urbes, & per uias tam uiri quam mulieres gestabantur, ut Dion historicus demonstrat, scribens, primo Augustũ ac Tiberium in scimpodijs quandoq. uehi solitos, cuiusmodi mulieres tempore suo ge-

ſtabantur, ſecundo quod Seuerus, dum Britanniam obiret, ſcimpodio undiq. obtecto ſerebatur. Ceterum qualis huius inſtrumenti figura exſtiterit, haud ſatis conſtat: putandum eſt tamen ſellam fuiſſe ita fabricatam, ut lectum plumeum paruum caperet, ita uinctũ, ut pendere uideretur, in quo ſi non penitus, ſaltim ex aliqua parte, qui ſerebantur, iacebant, & undique, ne ab aeris iniurijs laederentur, cooperiri poterant. hoc intellexiſſe meo iudicio uidetur Iuuenalis, cum Criſpinum quendam mordens dicebat. D

Sat.1. *Qui dedit ergo tribus patruis aconita, uehatur*
Penſilibus plumis, atque illinc deſpiciet nos?

de eodem interpretanda eſt haec inſcriptio quam mihi dedit Aldus Manutius Paulli doctiſſimi, & eloquentiſſimi filius eruditiſſimus, quamq. Parma ad Andream Naugerium olim allatã retulit. E

D. M

L. ÆMILI. VICTORI. QVI. PRIDIE. NATALEM. SVVM VICESIMVM. ET. SECVNDVM. PRVNA. IN. PENSILI POSITA. VRGENTE. FATO. SANVM. IPSE. NECAVIT. SE. L. ÆMILIVS. VICTOR. PRINCIPALIS. ET ÆLIA. VENERIA. FILIO. PIENTISSIMO ET. SIBI

10.Meth. neque aliud ſignificauit Galenus, quando balnea ingrediendi modum hecticis praeſcribens haec ſcriptis mandauit: ἀρρωστοῦντα βούλομαι κομίζεσθαι μὲν ἐπὶ τοῦ σκίμποδος εἰς τὸ βαλανεῖον. id eſt, aegrotantem uolo portari in ſcimpodio ad balneum. neque aliud Libanius rhetor in libro de ſua ipſius uita intellexit, dum dixit: cum domiſum, in lecto iaceo; ubi uero in ſchola, in ſcimpodio. ſicut etiam idem intellexit Gellius, ubi ſcribit, ſe Frontonem Cornelium pedibus grauiter aegrum in ſcimpodio Graecienſi cubantem inueniſſe. Patet itaque, non modo ob delicias atque uoluptates a maioribus noſtris lectulos, ac balneas penſiles, nec non ſcimpodia; uerum etiam, & a medicis gymnaſticis ad exercenda ualetudinariorum corpora uſurpata fuiſſe. Quale porro fuerit inſtrumentum illud machinamentum raptorium, & macron ſparton a Coelio Aureliano uocatum, qualiſq. apud eundem recuſſabiis fera Italica nominata, quibus duobus geſtabãtur, nondum mihi plene compertum eſt, cum a nullo alio auctore ipſorum mentionem hucuſque factam inuenerim. niſi fuerit, ut ſupra diximus, petaurum, uel potius ſit Coelij contextus deprauatus. F

[lib.19.c.10.; lib.3 c.6 & lib.5.c.ul.]

De

A *De Nauigatione, & Piscatione. Cap. XIII.*

INTER gestationis species, quae plures exercendis corporibus exstiterunt, nauigationem quoq. reposuit Antyllus, quem secutus Aetius, & post eum Auicenna manifeste eam pro exercitatione habitam demonstrat; id quod utrique non tam ab experientia meo iudicio desumpserunt, quam ab antiqua diuini Hippocratis sententia, qua nauigationem & mouere corpus, & perturbare dixit. nisi quod Auicenna nauigationem inter debiles exercitationes adnumerauit, Hippocrates uero eam corpus magnopere perturbare asserit, id quod potius uehementis quam remissi motus argumentum uidetur. Hac nauigationis exercitatione duas praesertim gymnasticas, sed non admodum B usas inuenio, medicam scilicet, & bellicam. Medici ea utebantur uel ad aliquorum sanorum habitus conseruandos, uel ad nonnullorum aegrotantium sanitatem comparandam. ad sanos utebantur nauigatione, quod (ut ab Aristotele scriptum est) mare ob placidas aspirationes salubritatem insignem facit, unde nauigantes semper coloratiores exsistunt, quam in paludibus degentes. Ad aegrotos uero, quoniam idem humores putridos, ac nocuos tũ uomitu, quem frequentissime insuetis praesertim parit, tum uentis ac uaporibus siccis exsiccare natum est. quare dicebat Auicenna nauigationem leprae, hydropisi, apoplexiae, stomachi frigiditatibus, nec non inflationibus eiusdem magnopere prodesse. Plinius uero & phthisicis, & sanguinem excreantibus adiumentum afferre Annaei Gallionis post consulatum ita curati exemplo testatus est. qui item ab huC iuscemodi affectis Aegyptum peti non ob terram ipsam, sed propter nauigandi longinquitatem censuit; ut etiam eius Nepos Plinius secundus Zosimum libertum sanguinem reiectantem eo se misisse, & confirmatum a ualetudine redijsse narrat. quamquam auctor ille nomine Plinij falso inscriptus in lib. I. de re med. senserit phthisicis utilius esse in saltibus morari, ubi pix nascitur, quam in mari nauigare, & marina loca uisitare. quod etiam traditum est a Marcello medico. nam & Galenus IX. de simpl. medic. ubi de terra Samia loquitur, memorat, multos pulmone ulceratos Roma ob id in Libyam profectos annis aliquot inculpatos uixisse, postea uero morbum recruduisse, ubi non pari cura uiuebant. Modus in nauigatione ualetudinarijs obseruatus sic ab Herodoto describitur, quod a sexaginta stadijs incipiebant, & in duplum horum desinebant. Porro nauigationis plures fuerunt differentiae, quando aliae

Marginalia: 4. Aph. 14. — 1 partic. Prob. 54. — 3 1. doc. 2. — cap. 2. — lib. 31. c. 6. — lib. 5. epist. — Cap 6.

in mari, aliae in fluminibus, aliae in magnis, aliae in paruis naui- D
bus, aliae remis, aliae remulco aliae uento aut uehementi, aut
In lib. de caussis na. placidiore fiebant. De nauigatione per flumina traditum est a Plutarcho, eam minus nauseam producere, quam mare, quod tã odor, quam timor e maris adspectu proficiscentes corpora perturbant, atque sic uomitum cient, quae res a fluminibus minime contingit. contra Coelius Aurelianus in inueteratis capitis doloribus ceteris praetulit longam per maria nauigationem, quoniam (ut ipse inquit) fluminales, uel portuosae nauigationes, nec non stagnorum, incongruae iudicantur, nimirum quae caput terrena exhalatione humectantes infrigidant, maritimae uero latenter, atq. sensim corpus aperiunt, & salsae proprietatis caussa corpus adurunt, atque eius habitum quadam mutatione reficiunt. Hic igitur fuit apud gymnasticos medicos nauigationis usus, quam pariter bellicae studiosos E
amplexos fuisse diximus; quandoquidem Naumachiae illae, quae a Romanis in circo uel aliquo terrae sinu prope Tiberim manufacto tali exercitationi designato repraesentabantur, fuerunt quidem ad populum oblectandum secundum aliquos praecipue institutae, quales illae quas ab impurissimo Heliogabalo in Euripis uino plenis interdum exhibitas tradit Lampridius: attamen probabile est quoq. apud me, huic summopere illas inseruisse, ut in ipsis ad naualium pugnarum disciplinam acquirendam milites exercerentur. atque ad hoc existimandum ea ratione potissimum adducor, quod Romani, Polybio referente, primo bello punico Carthaginiensib. mari bellum indicturi milites in nauali disciplina exercuerunt. sicuti etiam scribit Suetonius, Augustum, dum contra Pompeiũ pugnaturus esset, in portu Iulio apud Baias a se effecto milites F
in nauali exercitatione tota una hieme detinuisse. ut hinc clarũ esse possit, Romanos exercendis copijs suis tam mari, quam terra operam semper dedisse, atq. huius studij gratia naumachias instituisse, & non modo pontem naumacharium ea ratione nuncupatum, quem concrematum ex larice in Raetia caeso Tiberium refecisse scribit Plinius, habuisse, uerum etiam locum peculiarem, cuius ue-
lib. 26. c. 3 stigia adhuc manent, quemq. tempore Naumachiae tanta aqua replebant, ut mare quoddam uideretur, sicuti uenustissime Martialis demonstrauit, ubi naumachiam a Domitiano imperatore editam hoc carmine descripsit.

lib. 1. *Si quis ades longis serus spectator ab Oris,*
Cui lux prima sacri muneris ipsa fuit,
Ne te decipiat ratibus naualis Enyo,

Et

Et par unda fretis, hic modo terra fuit,
Non credis? spectes dum laxent aequora Martem,
Parua mora est, dices, hic modo pontus erat.

Sed ne frustra in superioribus dixisse uidear, gymnasticam medicinam atq. bellicam praecipue nauigationis exercitium habuisse, illud unum sciri uolo, in ludis quoque, quos athleticae partem esse ostendimus, aliquando similem exercitationem locum habuisse, at propter ingentem apparatum necessarium raro fieri consuesse. quod enim Virgilius de Ænea in Anchisae funere, una cum ceteris ludis naumachiam celebrante finxit, aut uerum exstitisse, aut non sine ueri imitatione credendum est, quandoquidem alij ludi, qui ibi facti a Poeta pinguntur, si ueri non fuerunt, saltem uerorũ imitationes fuisse, nemo negabit. Inter nauigationis species piscatio non sine nauigijs facta similiter ab auctoribus adnumeratur, atque apud Plautum exercitationis gymnasticae uicem subijsse uidetur, cum in Rudentis fabula piscatores ita loquantur, 5. Aen.

B

Ex urbe ad mare huc prodimus pabulatum,

pro exercitio Gymnastico, & Palaestrico hoc habemus. quae tamen piscatio cum a Platone improbata sit, quod neq. animus, neque corpus in ipsa exerceatur, iuremerito eam tamquam nulli utilem omnes fere gymnastici reiecerunt, nisi quod Galenus ipsam inter exercitationes, quae simul opera sunt, reposuisse uidetur, sicut & Auicenna ingredientem piscatorias naues debiliter exerceri censuit, quorum sententias duabus de caussis infirmas reputare debemus, tum quia neuter eorum explicate, quid boni afferat piscatio, declarauit, quasi exercitationem huiuscemodi non admodum probarent, sed communem potius quandam sermonis consuetudinem sequerentur; tum quia ipsemet Galenus piscatorum habitus duros atq. aridos esse dixit. cuius ariditatis ratione Aristoteles piscatores marinos pilis rufis praeditos esse antea scripserat. unde medici qui bonum habitum corpori exercitationibus acquirere student, quomodo durum & aridum efficere piscatione uelint, non uideo; praeter quam quod cunctae prope piscationes sub sole, & in locis saepe malo aere plenis peraguntur, una excepta maritima: ut his omnibus credere cogamur, piscationis laborem medicos parui aestimasse. Neq. tamen defuerunt Imperatores, qui exercitationis cuiusdam gratia interdum piscarentur, ceu de Caes. Augusto scriptum est a Suetonio, & de Alexandro Seuero a Lampridio, de quo ita scribit: Vsus uiuendi eidem hic fuit. primum ut si facultas esset, idest si cum uxore nõ cubuisset matutinis horis in lario suo, in quo

In sophist. & 7. de leg.

2. de tu. san. cap. 8.

C

6 de comp. med. sm l.

38. partic. prob. 2.

& diuos principes, sed optimos electos, & animas sanctiores, in D queis & Apollonium, & quantum scriptor suorum temporum dicit Christum, Abraham & Orpheum, & huiuscemodi deos habebat, ad Maiorum effigies sacra faciebat. Si id non poterat pro loci qualitate uel uectabatur, uel piscabatur, uel deambulabat, uel uenabatur. Haec Lampridius. Quid autem fuerint piscatorij ludi, qui quotannis mense Iunio trans Tiberim a praetore urbano pro piscatoribus Tiberinis, auctore Festo, agebantur; nondum ita certus sum, ut tuto affirmare queam, athleticam gymnasticam, cuius ludos fuisse diximus, piscationis exercitium habuisse.

De Natatione. *Cap. XIV.*



MAGNA & fere incredibilis apud ueteres fuit semper natationis existimatio, tantumque per plura saecula illius E usus uiguit, ut non minus pueri natandi artem, quam prima litterarum elementa edocerentur. quo tempore cum nulla maior ignorantiae nota inuri posset, quam dum aliquis nec litteras, nec natare scire dicebatur, factum fuit, ut posteriores illud in prouerbium contra bardos, & prorsus inertes continuo receperint, adhucq. ita loquendi consuetudo permaneat, quando natandi peritia si non eosdem honores obtinet, quibus anteactis saeculis afficiebatur, saltem nec penitus neglecta, nec inutilis iacet. Ratio enim, qua impulsi maiores nostri natandi scientiam tāti fecerunt, haec una iudicio meo exstitit, quod primis illis temporibus apud
Sect. 17. respub. quascumq. uiri fortes prae ceteris, ut scribit Aristoteles, ho
Prob. 5. & norabantur, quasi ab his solis & ciuitatum salus, & imperij propaga F
2. Rhe. c. 4 tio, penderet: & ob id quisq. uel saltem maior nobilium, atq. etiam aliorum pars comparandae fortitudini usque a primis incunabulis incumbebat. Quocirca, ut in naualibus quoque pugnis, quae tunc frequentius committebantur, in transeundis uadis, ac fluminibus homines nandi arti confisi pericula magis euadere possent, minusue formidarent, (quando saepenumero milites mare ingredi coacti ob nandi ignorantiam suffocabantur, quemadmodum exer-
De Cyri mi citui Cyri euenisse memoriae prodidit Xenophon) sicq. fortiores
noris expe inter aquarū pericula fierent, natationis peritiam extulerunt; qua
di. etiā ratione Romani ueteres, ut Vegetius scribit, quos tot bella, & continua pericula militarem disciplinam docuerant, campum Mar
lib. 1. de re tium Tiberi uicinum delegerunt, in quorum altero armorum exer
mili. c. 10. citationes inirent, in altero sudorem, pulueremq. diluerent, ac si-

A mul natare perdiſcerent; ut his rationibus, ac Vegetij auctoritate facile ſit iudicatu, militarem gymnaſticam natandi exercitatione non caruiſſe. Ceterum poſteriori tempore non modo natatio ob dictas rationes uſurpata reperitur: uerum etiam ob ualetudinis conſeruationem, nonnullarumque affectionum curationem medicis gymnaſticis ipſam probatam fuiſſe Antyllus teſtatũ reliquit. quod item ſenſiſſe uidetur Galenus in primo ad Glauconem, ubi laborantibus tertiana febre concedit, ut ungantur, & balneum ingrediantur, ibiq. madeſiant, &, ſi uelint, etiam natent. Quod enim natatio exercitationis loco habita fuerit, praeter Oribaſij auctoritatem de ea inter ceteras exercitationes tractantis, & a lauatione de qua libro poſtea decimo fuſiſsime ſcripſit ſeparantis, ipſa quoq. ratio perſuadet, nempe quia in huiuſcemodi motione inſigniter uniuerſum corpus & mouetur, & laborat, ut Ariſtoteles aliquando eam curſui comparare non ineptum duxerit, Galenusq. pueros temporis ſui in aquis γυμναστικὰς παιδιὰς facere conſueuiſſe ſcripſerit. Quo pacto uero ſimilis exercitatio perageretur, tamquam res uulgatiſsima ſilentio praeterita fuit fere ab omnibus, uno excepto Antyllo, qui nataturos prius moderate unxiſſe, & frictione corpora praecalfeciſſe, deinde e ueſtigio in aquam ſe proijcere debere uoluit, quaſi omnes ſanitatis gratia natantes eas regulas obſeruarent. Quo autem in loco natationis exercitatio ageretur, ita apud auctores obſeruaui, aliquando in ipſis gymnaſijs, ſiue priuatis balneis, aliquando extra eſſe factam. In gymnaſijs adhuc duobus modis natabant, uel in piſcina, quam in frigidario fuiſſe ſuperius demonſtrauimus: (tametſi piſcinas apud Varronem, & alios Latinae

7. collec.

B

13. partic. Prob. 3.
4. De locis affect.
Oribaſius lib. 6. c. 27.

C linguae auctores proprie loca piſcibus alendis, & ſaginandis dicata ſignificare credatur) uel in labris illis amplis, quae adhuc Romae uiſuntur. Quod in piſcinis, quae in frigidario thermarum aedificatae erant, quasq. thaſio lapide aliquando circũdatas fuiſſe tradit Seneca, natarent, omnium clariſſime oſtendit Caecilius Plinius, qui in Epiſt. lib. 2. uillam ſuam exactiſsime depingens de balneis eius ita ſcribit. Inde balnei cella frigidaria ſpatioſa, & effuſa, cuius in contrarijs parietibus duo baptiſteria ueluti eiecta ſinuantur, abunde capacia ſi innare in proximo cogites, adiacet unctorium, hypocauſtum, adiacet propnigeum; balnei mox duae cellae magis elegantes, quam ſumptuoſae. Sed hoc clarius explicat lib. 5 ubi Tuſcos ſuos deſcribens inter cetera haec habet. Inde apodyterium balnei laxum, & hilare excipit cella frigidaria, in qua baptiſterium ampl'ũ, ſi natare latius, aut tepidius uelis. Ex quibus omnibus ſatis apertum

Epiſt. 7. & 13. lib.

est, in gymnasijs siue balneis ueteres nare solitos, atq. in frigidarij D baptisterio alias piscina uocata, de qua mentionem fecit Tertullianus in lib. de baptismo, & de qua existimo locutum Galenum dum in 7. Methodi siccitate uentriculi laborantes curandi rationem edocēs magis laudat lotionem in balneo factam ἐν ταῖς κολυμβήθραις. idest, in piscinis natando institutis, quam ἐν τοῖς μικροῖς πυέλοις. quamquam etiam piscinam interdum in area gymnasiorum aedificatam credo, ut testatur Plinius loco nunc citato, in quo post dicta » uerba ait. In area piscina est: & ante Plinium Martialis, qui libro. 5. Ligurini cuiusdam insulsi importunitatem describens dixit,

In thermas fugio, sonas ad aurem,
Piscinam peto, non licet natare.

ni uelimus Martialem potius de publica piscina locutum esse, quā fuisse Romae, ex multis, & maxime ex Regionum fragmento sub E porticu Capitolina intelligere possumus, ubi Vici publicae piscinae clara mentio habetur, de qua ita Festus Pompeius. Piscinae publi-
» cae hodieq. nomen manet, ipsa non exstat, ad quam & natatum, &
» exercitationis alioqui caussa ueniebat populus: unde Lucilius ait,
» Pro obtuso ore pugil, piscinensis res est. De huiuscemodi piscinis
» scriptum est a Dione Maecenatem omnium primū in urbe aquarum calidarum natatoria instituisse. Quod uero in labris illis similiter natarent, uel saltem natantium instar mouerentur, conijcio cū ex magnitudine labrorum, tum ex uerbis Galeni in 1. ad Glauconem, quando in tertianae curatione natationem in aqua commendat: quod de piscinis gymnasiorum nequaquam intelligi debet; tum ex Coelij Aureliani uerbis, qui in capitis dolore atque etiā in arthriticis curandis natationem minime sub dio factam, nec non F feruentem, atq. etiam frigidam probans, duo demonstrat, primum in locis clausis & etiam apertis, qualis erat areae piscina, alterum tā in aqua calida, quam frigida natari solitum, unde elicio natationē feruentem solum in labris factitatam. ꝙ si Plinius in locis paulo ante citatis piscinae calidae mentionem fecit, sub hisce uerbis, Cohae-
» ret piscina calida mirifice ex qua natantes mare aspiciunt, de calefa-
» cta ui solis, & maritimo situ potius quam de feruefacta ab igne, ut intelligit Coelius, uerba fecisse uidetur. Quae extra gymnasia, siue priuata balnea efficiebatur natatio, modo in fontibus latissimis, modo in lacubus, modo in fluminibus, modo in ipso mari agebatur. de quibus sermonem habens Aristoteles, dixit, melius in mari,
23. partic. Prob. 11. & 14. quam in fluuio natari, diutiusq. ibi moram trahi, quoniam ueluti mare aquae suae corpulētia crassitieq. maiora, quam dulces aquae

sustí-

A ſuſtinet onera, ita facilius corpora hominum eleuata tenet, & conſequenter minus illa penetrare poteſt, cum dulces aquae ob tenuitatē ſuā citius & leuius illabātur. Extra balnea quoq. apud aliquas nationes loci peculiares nando conſtruebantur, & ideo κολυμβῆθραι uocabantur, ſicuti legitur apud Ioannem Euangeliſtam de Ieſu Caeco, dicente, ὕπαγε, εἰς τὴν κολυμβήθραν τοῦ σιλωάμ, καὶ νίψαι ubi natatoriam Siloe antiquus interpres tranſtulit. Itaq. natationē arcendis morbis, ſanisq. corporibus exercendis & conſeruādis uſitatam fuiſſe, iam ſatis patet: quando item Ariſtoteles ſcripſit natantes in mari ſalubriter exinaniri. uerumtamen illud animaduerti uolo, plerumq. ob delectationem, & ad ardores & ſiccitates temperandas homines natare conſueuiſſe, cuius gratia in aeſtate dumtaxat natari ſolitum fuit. Cap. 9.

B

De Venatione. Cap. XV.



PRAECLARISSIMA extat Galeni ſententia, ex omnibus corporum exercitationibus eam proculdubio utiliſsimam uideri, quae nedum corpus fatigare, uerum etiam animam oblectare ualeat, & iccirco ſapientiſſimos illos haberi debere, qui in uenatione eam exercendi corpora formam inuenerunt, in qua mirifico quodam modo labores uoluptate, quaſiq. laudis cupiditate ita temperantur, ut facile iudicari non poſſit, maior ne ſit corporis, an animi motus. Accedit huic, quod natura ipſa, quae animalia cuncta hominis cauſſa produxit, uenationem quaſi praecipere, & acceptam habere, ut ſcripſit Ari- In lib. de ludo paruę pilæ.

C ſtoteles, uidetur, quum in ipſa proprias poſſeſſiones acquirere conetur, ſpectaculumq. nullo ſcelere contaminatum exhibeatur, ſed ſimul & corporis robur, & animi uigor augeatur. Ex quo nemó nō uidet, quam prudenter fecerint medici, qui pro exercendis corporibus, iiſq. ualidis, & ſanis conſeruandis uenationē tantopere aeſtimarunt, cuius nimirū ſtudio antiqui illi medicinae parentes Chiron, Machaon, Podalirius, Aeſculapius uſqueadeo, ſicut refert Xenophon, arſerunt, ut non minus in ea laboris, quam in artibus, in quibus ualde excellebant, ſibi impendendum quotidie putarent. Neq. uero ſolam medicinae gymnaſticam huiuſcemodi exercitationem, ſed bellicam quoq. & athleticam recepiſſe, probaſſeq. credendum eſt; ſi quidem uel delectationem, & gloriam, quarum gratia athletae laborabant, uel militarem peritiam & fortitudinē, quibus bellicae gymnaſticae exercitatores inuigilabant, ſi ſpectemus, 1. Polit. In libro de ven.

cumu-

cumulatissime omnes in uenationis exercitio reperiuntur, atque D
in eo praesertim, quod non in auibus decipiendis, sed in terrestribus animalibus sine dolo capiundis laboriose uersatur, de quo magis nostram hanc tractationem intelligi debere uolumus. Et ne sine illustrium auctorum testimoniis hanc sententiã audacter nimis proferre uidear, quomodo unaquaeq. gymnastica uenandi exercitatione usa sit, iam inceptam uiam insequens demõstrare conabor. Quod enim illa bellicae fortitudini assequendae maximum adiumentum praebere putaretur, locupletissime testatũ fecit Plato, qui postquam in Thaeeteto, & 7. de legib. uenandi disciplinam in tres species, aquatilium scilicet, uolatilium, & terrestriũ animalium distinxisset, improbatis aliis duabus pro iuuenũ educatione, de terre-
» striũ uenatione in fine 7. de legib. ita cõcludit. πεζῶν δὴ μόνον θή-
» ρευσίς τε, καὶ ἄγρα λοιπὴ τοῖς παρ' ἡμῖν ἀθληταῖς, ὧν ἡ μὲν τῶν εὑδόντων E
» αὖ, κατὰ μέρη νυκτερεῖα κληθεῖσα, ἀργῶν ἀνδρῶν. οὐκ ἀξία ἐπαίνου, οὐδ'
» ἡ τῶν διαπαύματα πόνων ἔχουσα ἄρκυσί τε, καὶ πάγαις, ἀλλ' οὐ φιλοπό-
» νου ψυχῆς νίκῃ χειρουμένων τὴν ἄγριον τῶν θηρίων ῥώμην, μόνη δὴ πᾶσι
» λοιπὴ καὶ ἀρίστη ἡ τῶν τετραπόδων, ἵπποις, καὶ κυσί, καὶ τοῖς ἑαυτῶν
» θήρα σώμασιν, ὧν ἁπάντων κρατοῦσι δρόμοις, καὶ πληγαῖς καὶ βολαῖς
» αὐτόχειρες θηρεύοντες ὅσοις ἀνδρείας τῆς θείας ἐπιμελές. idest, Solũ
» itaque terrestrium uenatio, capturaue, athletis nostris reliqua est,
» atque harum, quae dormientia animalia peculiari uocabulo no-
» cturna uocata persequitur, segnibus conuenit, nullamq. meretur
» laudem, sicuti nec illa, qua laborum intermissiones habens retibus,
» & laqueis non laboriosi animi uictoria ferarum robur euincere co
» natur. unde solam illam optimam esse relinquitur, in qua homines
» quadrupedia equis, canibus, & propriis corporibus uenãtur, quos F
» omnes superant illi, qui fortitudinis diuinae possessionem curantes
» propriis manibus currendo, feriendo, & iaculando uenationi ope-
» ram nauant. Ex quibus uerbis clare patet, quantum Plato in comparanda fortitudine bellica diuina ab ipso nũcupata, uenationem dixerit exercitatoribus militaribus conferre. quos quomodo ipse sub ἀθλητῶν nomine comprehendat, superius indicauimus. Euidẽtius, quam Plato, locum hunc explicasse uidetur Xenophon, qui
» de Cyro in eius paedia ita scriptum reliquit: τῆς πολεμικῆς δὲ ἕνε-
» κα ἀσκήσεως ἐπὶ θήραν ἐξῆγεν, οὕσπερ ἀσκεῖν ταῦτα ᾤετο χρῆ-
» ναι, ταύτην ἡγούμενος καὶ ὅλως ἀρίστην ἄσκησιν πολεμικῶν εἶναι, καὶ
» ἱππικῆς δὲ ἀληθεστάτην. idest, Exercitationis autem bellicae gra-
» tia eos ad uenationem educebat, quos haec exercere oportere exi
» stimabat, hanc ratus & omnino bellicarum exercitationum opti-

mam,

A mam,& equestris uerisimam. Quo in loco nemo non uidet, quam aperte uenationem ad exercitationem bellicam omnium maxime conducere censuerit. unde postea in lib. de uenatione iuuenes ad capescendam hanc exercitationem duabus praecipuis rationibus adhortatur; tum q corporibus bonam ualetudinem comparat: tum q eos ad bellum maxime instituit, strenuosq. milites, & ceteris rebus agendis idoneos reddit. At Aristoteles non tantum bellicae exercitationi uenandi studium conducere uoluit, quinimmo illud ipsius partem manifesta oratione fecit: ut nulla amplius dubitatio supersit, quin inter ceteras militari gymnasticae inseruientes exercitationes uenatio quoq. locum obtinuisse debeat. Quod uero nec athletica professio huiusce generis exercitio caruerit, uenationes in amphitheatris ab Imperatoribus saepenumero repraesentatae & apud Latinos scriptores mirum in modũ celebratae demonstrant: quae licet ab hac nostra multum diuersae fuisse appareant; illius tamen speciem praeseferebant, nempe cum bestiarij, atq. alij mortis supplicio condemnati eo prorsus modo aduersus feras usq. ad alterius interitum (ut refert Suetonius) contenderent, quo uenatores contra minus immanes belluas pugnare consueuerunt. De medicorum gymnastica, quod scilicet uenationem ualetudini, & bono corporis habitui comparandis, tuendisq. probarent, nemini non constare arbitror, quando, praeter Xenophontis sententiam citatam, praeter Galeni auctoritatem, qui inter exercitationes corpori sanitati inseruientes eam reposuit, ludoq. paruae pilae in hoc solum inferiorem fecit, quod maiori apparatu indigeat, propterea C nec artificibus nec ciuilibus negotijs implicitis conueniat; praeter iuniorem Plinium, qui uenatione corpus sanum conseruasse insinuat, praeter aliorum argumenta, unum Razis Arabis medici eruditissimi testimonium sufficere potest, apud quem legitur, contigisse in quadam peste, ut, dum omnes fere perirent, soli uenatores ob summam ualetudinem asiduis exercitationibus partam incolumes euaserint. ne silentio praetereã Lacedaemonios, a quibus olim ad cenam Dionysius Syracusanus acceptus, se cibis appositis delectari negauit. cui statim respondit coquus, ideo illud euenisse, quia nec in uenatu, nec in cursu laborauerat, & ideo siti & fame carebat, quibus Lacedaemoniorum epulae condiebantur. Itaq. mirari nullo pacto debemus, si Mithridatem, quem usq. adeo sanitatis, & uitae studiosum fuisse scimus, uenationi ita auide operam dedisse legimus, ut septem annis, neq. urbis, neq. ruris tecto usus sit. Ergo manifestum cuiuis iam esse potest, quantum in exercendis pro ualetu-

lib. 1. poli. cap. 5.

2 de tuen. san.

In libro de ludo paruae pilae.

lib. 5. epist.

in. 30. contract. 13. c. 3.

letudine corporibus uenatio apud ueteres aestimata fuerit. cuius D cum multae essent species, quarum aliae retibus, aliae laqueis, uisco, & aucupijs, aliae carniuoris, & rapacibus auibus, aliae canibus, sagittis, uel puris, uel tinctis; quas ideo Gallos uenatores helleboro inficere consueuisse tradit Plinius, quia circumciso uulnere caro tenerior sentitur: aliae armis modo in uolatilia; modo in terrestres belluas peragebãtur: illas uenationes aptiores existimatas arbitror, in quibus homines tam pedibus euntes, uel currentes, quam equis uecti feras canibus, & armis insectabantur; nempe quas tum corpora magis exercere, tum sensus omnes acuere, tum maiorem animis uoluptatem afferre nemo negarit. Eam enim uenationem, quae cum accipitribus & asturibus aduersus aues hisce temporibus exercetur, an commendarint antiqui medici, affirmare nequeo, quod, licet Aristotel. memoriae prodiderit, in ea Thraciae parte, E quae olim Cedropolis uocabatur, homines societate accipitrum per paludes aucupari consueuisse; nihilominus genus illud uenationis nostrae ualde dissimile fuisse uidetur; quandoquidem illi ipsi lignis, quae manibus tenebant, arundines & fruteta mouebant, unde aues ob strepitum excitatas euolantesq. accipitres desuper insectabantur, quorum metu aues perculsae terram repetebant, ibique percussae baculis a uenatoribus capiebantur, & earum partes accipitribus distribuebantur; nostrum uero accipitribus, atque asturibus edoctis peragitur. quod antiquos ignorasse & Constantini Imperatoris aetate inuentum esse, insinuat Iulius Firmicus: sicut etiam ignorarunt eam uenationem, quae canibus arte quadam instructis, & retibus aduersus qualeas, perdices, & fasianos exercetur. Sed de his satis. F

lib. 25. c. 5.

9. de his. animalium. c. 36.

Explicit Liber Tertius.

ARTIS·GYMNASTICAE LIBER. QVARTVS

De ratione agendorum, & de exercitationis usu. Cap. I.



VM gymnasticae originem, eiusq. species, & specierum (ut sic dicam) species ab antiquis traditas, ac in usu habitas, iam clara, quantum conceditur, esse cerimus, ad perficiendum tractationis nostrae instituum relinquitur, prius uniuersales, communesue exercitationum omnium regulas tradere, quarum ductu non modo singula cognoscere, uerumetiã uti unusquisq. possit: deinceps ad particularia & magis propria transeundũ erit, ut in singulis exercitationibus, quid boni, & quid mali resideat, faciliter pernoscere, & cognitum partim amplecti, partim effugere ualeamus. Fuisset profecto inanis prope labor, ac uanum studiũ exercitationes usq. adeo apud ueteres celebratas peruestigasse, nisi etiam utilitates, & commoda, quorum gratia totam gymnastam & condiderunt, & in quotidianum medicorum usum eduxerunt, perspecta & clara haberent illi, quibus haec nostra lectitare, ijsq. ad sanitatis profectũ non oscitanter uti placuerit. Atq. in hoc ideo magis mihi elaborandum esse censeo, quoniam Galenus Hippocratis atque Platonis placita secutus in omnibus quidem artibus, sed praesertim in medicina uniuersales methodos parum iuuare clamat, nisi particularium tractationes, ac indiuiduorum speculationes accesserint, quibus tum res communi methodo inuentae certius confirmentur, tum earum similitudines ac dissimilitudines, unde omnis humana deceptio, ut in Phaedro scripsit Plato, principium sumit, probe discernantur. Hanc igitur ab antiquis philosophis, atque medicis laudatam uiam incedẽtes, tractandorum omnium ab ipsius exercitationis natura initium capiemus: quam cum definierimus motum quendam corporis esse, atque omnem motum necessario differentiae nonnullae sequantur, nimirum uehementia, remissio, celeritas, tarditas, & similia: & praeterea in quouis motus localis genere corpus quod mouendũ est, locus ubi moueri debet, tempus in quo moueatur, ac ipsius motus mensura, atque modus ex necessitate requirantur, confutatis eorum, qui de exercitationibus male senserunt, opinionibus, primo differentias illas exercitationem conse-

consequentes declarabimus: secundo, quae sint corpora exercita- D
tionibus apta, & quae inepta, demonstrabimus: tertio, qualis esse
debeat locus, ubi illi exercitationibus operam nauare debent, qui
uel confirmandae, uel conseruandae ualetudini student: quarto,
quodnam tempus exercendis corporibus opportunum habeatur; si
cuti namq. corpora omnia non omnem exercitationis speciem per
ferunt, ita similiter non quiuis locus, nec quodlibet tempus cuicũ-
que aptantur. Sed, quia imperfecta haec tractatio remaneret, nisi
mensura exercitationis praescriberetur, ideo quincto subiungam,
quantum exercendum sit. Addam & sexto modum, quo exercita-
tio adiri debeat, atque sic ad particularium exercitationum quali-
tates examinandas descendens nihil relinquere conabor, quod in
1. de dieta. hac materia iure desiderari queat, & quod ab Hippocrate, siue Po-
lybo pro laboribus, aut exercitationibus tractandis cognitu neces- E
sariũ positum fuerit. Sed hoc antequam aggrediar, illud prius hoc
in loco praefandum esse iudico, ea omnia, quae in hoc quarto uo-
lumine tradituri sumus, tanti in uniuerso exercitationum negotio
momenti exsistere, ut, ijs uel ignoratis, uel neglectis, exercitationes
detrimenta potius, quam commoditates ullas inferant: innume-
rae quando quidem exercitationes, ut praeclare scriptum est a Ga-
2. ad tuua. cap. 7. & lib. de cibis bo. & mat. suc. leno, opportune ac prudenter administratae errores tum naturae
in corporis temperie factos, tum hominum in uictus ratione com-
missos emendare, prorsusq. delere natae sunt, ueluti M. Tullio con
tigisse fertur, quem mala stomachi ualetudine affectum opportu-
nis, ac numeratis exercitationibus ita corporis sui habitum roboras
se scribit Plutarchus, ut ad multa magnaque certamina se ualidum
In eius uita. reddiderit. Contra, si eaedem temere nullaq. opportunitatis ratio- F
ne fiant, non modo optimas corporis a natura constitutiones tribu
tas corrumpunt, & interdum prorsus destruunt: uerumetiam plu
rima, ac saeuissima morborum genera latenter inducunt. quo fit,
ut, qui exercitationibus moderate, & opportune peractis uitam si-
nam traducere, nullisq. medicamentis indigere possent, ijdem ob
exercendi negligentiam quasi perpetua infirmitate crucientur, as-
siduisue medicamentis opus habeant.

Con-

A *Confutatio opinionis eorum, qui exercitationem in sanis damnabant, & de exercendi necessitate, ac commoditate. Cap. 11.*

SI igitur tales, tantaeq. exercitationis utilitates exsistunt, magnopere coarguendi sunt, qui de corporibus exercendis prauas omnino, atque humano generi noxias sententias disseminare non erubuerunt. Hos etenim in tres sectas antiquitus partitos, esse scribit Galenus, quorũ alii quascũq. exercitationes ueluti sanitati potius noxias, quam utiles penitus sustulerunt; Alij neminem exerceri uetandum uoluerunt; Alij media quadam uia incedentes assuetos solum exercendos iudicarunt, inassuetis exercitationes negarunt. Horum omnium placita & recensere, & refutare operaepretium duco, ne si uel taceamus, gratis eos reprehendere uideamur; uel si irrefutata dimittantur, aliquibus arrideant, & tãquam sanitati cõducentia interdum accipiantur. Erasistratus itaque, Praxagorae, & Chrysippi in medicina successor, necnon Asclepiades Prusiensis magnae auctoritatis medicus inter alias absurdas, quas habuere de remedijs opiniones, medicamentorum fere, & sanguinis missionis usum in infirmis abrogandum crediderunt, in sanis exercitationes corporis nihil ad bonam ualetudinem conferre statuerunt, atque ad hoc postremum asserendum pluribus rationibus adducti fuerunt. Prima erat, quod sanitas in humorum omnium iusto temperamento collocatur, humores uero gignuntur, & in moderatione retinentur ex ciborum moderata sumptione, & concoctione, concoctio uero quaelibet quiete, ut indicat somnus, magis perficitur, a motu qualis est exercitatio, impeditur, & non raro corrumpitur, unde ipsa deprauata necessario humorum harmonia, & ideo ipsa sanitas destruitur. Altera ratio erat, quod omnis exercitatio laborem sibi adnexum obtinet, labor sicuti naturae nostrae quodammodo inimicus apparet, ita quoque iucunditatem, & dulcedinem, quibus numquam sanus homo priuari debet, e medio tollit, atque sic sanitati potius obest, quam prosit. Tertia ratio erat, per eadem sanitatem praesentem conseruari, per quae amissa recuperatur, unde cum deperdita sanitas per quietem, & non per exercitationem reparetur, per eandem etiam, & non per motum ullum conseruatur. Quarta ratio erat, ab exercitatione nimis calorem augeri, & consequenter natiuum humidum exhauriri, quae duo sanitatem corrumpere, & non conseruare nemo dubitat, cum ipsa in moderato calore & in commensurato natiuo humido

5. d tu. ua. cap. 11.

B

C

mido tota consistat. addebant insuper, multos diu in carceribus de- D
tentos sanam uitam traducere, qui nullo pacto exercitationibus ua
care possunt, atque inde apparere sanitatem absque exercitationi-
bus consistere. Tot igitur rationibus inducti medici illi exercitatio-
nes corporis sanitati nullo pacto conferre & crediderunt, & ceteris
persuadere conati sunt. sed eos uehemēter aberrasse, omnes plane
confitebuntur, si & exercitationis necessitatem, & naturam, utili-
tatemue penitus considerare uoluerint. Nam cum a corporibus no
stris continuo effluant corpuscula, quae nisi instaurarentur, uitam
facillime perderent, ideo cibo, quoad uiuimus, ut effluentes partes
regenerentur, semper opus habemus; cibus autem, quantumuis
opportunus, & inculpatus eligatur, numquam ita in substantiam
membrorum conuertitur, quin excrementa inutilia remaneant,
quae nisi continuo foras truderentur, haud difficile foret, aliquo E
temporis tractu usque adeo accumulari, ut calorem naturalem suf-
focarent; quod praeuidens sagax natura meatus, ac uias multas il-
lis expurgandis parauit. quae proculdubio cunctis exinaniendis cū
non sufficiant, exercitatione indigemus, ut ea per motum attrita
alias sudoribus, alias sensibilibus, & insensibilibus exspirationibus
a nobis separemus. alioqui si otio, & torpore huiuscemodi excre-
menta retineantur, periculum est, ne innumerae morborum exitia
lium species generentur. & iccirco praeclare Socrates apud Plato-
nem in Theaeteto dixit, habitum corporum ab otio, & quiete de-
strui; ab exercitationibus uero, & motibus conseruari; quod forsan
ex eo Hippocratis oraculo didicerat, ubi sanae uitae traducendae
6.epid.cō.4 rationem breuiter exponens, ita scripsit: ἄσκησις ὑγίης, ἀκορίη τρο-
φῆς, ἀκονίη πόνων, uidelicet, quod in hoc sanitatis conseruatio col- F
locatur, ut satietas ciborum uitetur, & exercitationes corporis in
frequenti usu habeantur. Accedit his, quod calor multitudine ex-
crementorum per exercitationem exoneratus robustior efficitur,
membra firmitatem maiorem acquirunt, omnesq. corporis uirtu-
tes in proprijs perficiendis operationibus expeditiores, & fortiores
euadunt. ut recte dixerit Hippocrates, siue Polybus, ἄνθρωπος ἐ-
3. de dieta. σθίων οὐ δύναται ὑγιαίνειν, ἢν μὴ πονέῃ, quod scilicet homo, qui co-
medit, minime sanus uiuere potest, nisi laboret. Sed ne Erasistra-
tum, atque Asclepiadem gratis refutare uideamur, quales sint eo-
rum rationes, perpendemus. primo concedimus, sanitatem in hu-
morum aequalitate sitam esse, atque hanc aequalitatem ab optima
succorum generatione, & concoctione conseruari; dicimus tamen
concoctionem ipsam & a quiete effici, & ab exercitatione opportu
ne,

A ne, ac moderate adhibita non parum adiuuari; quandoquidē si, ut
nuper dicebamus, calor naturalis ab onere superfluitatū per exerci-
tationē leuatus ualētior redditur, magisq. excitatur, & sic excitatus
concoctiones meliores parat, quomodo exercitationes opportunae
succorum optimā concoctionem non suggerant, simulq. sanitatis
conseruationi non ualde conducant, non uideo. unde si motum in
tempestiuum concoctionem corrumpere fatebantur, & nos quoq.
illis assentimur; at si motum tempestiuum, qualem exercitationem
medici antiqui esse definierunt, idem efficere adstruxerunt, in aper
ta falsitate uersari eorum dogmata cuiuis perspectum est; eo magis
quia exercitatis profundiores somni contingunt, quibus postea me
liores concoctiones perficiuntur: ut non sine ratione dixerit Gale-
nus primo de alimentis, neque prauos cibos offendere multum ex-
B ercitationi deditos, nempe quibus profundi somni a laboribus eue
niant, & tales deinde somnos optimae concoctiones sequantur.
Quod porro in secunda ratione asserebant exercitationem labo-
rem adnexum gerere, & proinde uoluptatem sanitati coniunctam,
ipsamq. sanitatem adimere, partim confirmamus, partim nega-
mus; non diffitemur profecto exercitationem, quam uehemen-
tem motum anhelitum alterantem esse decreuimus, laboriosam
aliqua ex parte fore, & tempore, quo peragitur, iucunditate care-
re; dicimus tamen, sanitatem interdum cum aliqua molestia posse
permanere, dummodo neque illa modum excedat, neque multo
tempore perduret, qualis est molestia exercitationi associata, quae
momentanea est, non immoderata, immo maioris, & longioris de
lectationis praeparatrix, nempe cum corpus a superfluitatibus libe
C ret, omnisq. naturalis exinanitio iuxta Aristotelis sententiam de-
lectationem afferat. Ad tertiam rationem, qua etiam Porphyrius (In proble. sect 5.)
philosophus adductus carnium usum ad sanitatem damnauit, re- (In.2.de ab sti ab aīali bus.)
spondemus falsum omnino esse, quod per eadem praesens sanitas
conseruetur, per quae absens recuperatur; quoniam etiam ipse As-
clepiades, & Erasistratus per inediam trium & quattuor dierum, ut (Libr.1. in prooe.)
Celsus, & Plinius testantur, multos affectus curabant, quam sanita- (lib.26.c.1.)
ti conseruandae maxime nocere, fatui quoque affirmarent. praete-
rea Hippocrates, eiusq. sequaces experimentis infinitis medicamen
ta sanitatem recuperare, si opportune sint adhibita, comproba-
runt; at ijdem sanos non modo a medicamentis nō iuuari, sed sanita
tem apprime laedi, palam enunciarunt. unde satis patet, propositio-
nem, quam assumpserunt, a ueritate longe recedere, ne longior
mea euadat oratio, si omnia quae ad refutandam illam ualerent, in

medium afferre uellem. Erat illorum quarta ratio, ab exercitationibus calorem augeri, & ob id modum sibi debitum hoc est mediocritatem transire, & consequenter natiuum humidum, a quibus duobus uniuersus sanitatis status dependet, exhauriri; at eam ueram minime esse facile conuincetur, si exercitatio debite administrata, quemadmodum medici antiqui decreuerunt, consideretur; quae tametsi calorem natiuum augeat, superfluosq. humores inaniat, si tamen adhibeatur eo modo, quo adhibendam inferius demonstrabimus, tantum abest illam natiuum humidum consumere, aut sanitatem aliquo pacto labefactare, ut potius extraneos humores dissipando, superfluitatesque abradendo, quae ipsum humidum turbare, ac inficere possent, idem conseruet, & simul cum calore uiuidum reddat, necnon carnes, & cetera membra solidiora, & puriora, efficiat: ex quo uenustissime Galen. carnes utentium exercitatione τυροῖς ἀκριβῶς ἤδη πεπηγόσι, siue caseis iam exacte coagulatis, & non utentium τυροῖς ἐπιπηγνυμένοις, siue adhuc coagulationem subeuntibus adsimilauit. Quod autem ultimo addebant, in carceribus conclusos sine ulla exercitatione sanam uitam degere, si intelligant sine exercitatione proprie dicta, quam uehementem motum esse definiebamus, uera dicunt, & nos quoque assentimur: at si de exercitatione communiter accepta loquantur, ut eorum fuit sententia, dicimus in carcere conclusos uel frictione, uel aliquo alio motu fuisse usos; alioqui ab omni motu penitus desistentes, impossibile est, ut multo tempore sani uiuant, quando quotidie ea ratione quam plures aegrotare, atque etiam interire in carceribus uidemus. unde Auerroes prauitatem ab exercitationis priuatione nascentem probaturus a carceratis argumentum accepit, nempe qui (dicebat is) facies cauticas, colorem impurum, & omnes operationes laesas habent, quod non magis homini, quam alijs animalibus latentibus, & uolucribus in cauernis detentis accidere dicebat. quod si qui reperiuntur, qui in carceribus sine ulla exercitatione degant sani, illi per quam rari sunt, & usque adeo ualida corporis constitutione formati, ut omnibus noxis fortiter obsistant. Neque putandum est, huic sententiae nostrae Hippocratem ullo pacto refragari, quod is pestiferam illam in Thaso aeris constitutionem describens, prauosq. in illa genitos morbos recensens, dixerit: Εγίνετο δὲ ταῦτα μειρακίοισι, νέοισιν, ἀκμάζουσι, καὶ τουτέων τοῖσι περὶ παλαίστρην, καὶ γυμνάσια πλείστοισι. idest, Fiebant autem haec adolescentulis, iuuenibus, aetate florentibus, atque horum ijs, praecipue, qui in palaestris, & gymnasijs exercebant-

com. 3. de artic. aph. 1.

6. coll. cap. 2.

3. Epid. cō. 3. aph. 11.

D E F

A cebantur. quoniam si recte uerba auctoris uetustissimi examinentur, dictis nostris maxime fauent, cum ibi narretur, corpora exercitata ob calorem, & uirium firmitatem morbis illis magis restitisse, atque feliciori ceteris successu euasisse. Itaque nulli iam obscurum esse arbitror, quam grauibus in erroribus uersarentur illi, qui (audacter ne magis, an insolenter, an quod nouarum opinionum studiosi essent, ignoro) exercitationem sanitatis conseruationi nullam opem praestare affirmarunt: & contra, quam probe, & prudenter effecerit Hippocrates, Plato, Galenus & Auicenna, qui nullum praestantius auxilium pro tuenda sanitate reperiri ipsa recta uictus ratione, necnon exercitationibus opportune administratis memoriae tradiderunt. quae duo cum diligenter profiterentur olim Persae, usq. adeo turpe reputarunt aliquos spuere, emungere, & flatibus plenos uideri, quasi sic (ut scribit Xenophon) coarguerentur B neque modico uictu uti, neque laboribus humiditates corporis consumere. Lib. 1. Cyr paed.

Improbatio eorum, qui omnes homines exercere deberi sentiebant. Cap. III.

REFVTATA eorum falsa opinione, qui exercitationem corporis ad sanitatem nihil conducere asserebant, iam eos confutare aggrediamur, qui omnibus nullo delectu habito iniungendas exercitationes esse censuerũt: quos praedictis meliorem sententiam habuisse & ratio ipsa, & Galeni auctoritas persuadent. Isti etenim animaduertentes, Hippocratem 5. d tu. ua. cap. 11. C hanc indefinitam propositionem enunciasse, (Labores cibum praecedant) dixerunt Senem praecepisse, ut omnes homines ante ciborum sumptionem sese exercerent: ad haec sententiam suam alijs rationibus confirmare nitebantur, quarum prima fuit, cunctos homines naturaliter exercitationibus inclinari, quemadmodum pueri uel mox in lucem editi attestari uidentur, & propterea inclinationes a natura omnibus tributas ab omnibus etiam debere in usum poni, nec ullo pacto irritas fieri, tanto magis quando inclinationes illas ob aliquod excellens bonum naturã elargiri in pluribus manifestatur, sicuti in maiori hominũ parte exercitationũ inclinationes in usu positas sanitatem bonum excellentissimũ praestare, nemo negat: alia ratio, qua moti isti in similem opinionem deuenerũt, fuit, quod si omnes homines necessario excrementa generant, quae cõtinuo expelli necesse est, alioqui aucta, & accumulata natiuũ colorẽ

consopirent, pessimosq. morbos citra controuersiam progigneret, D
atq. huiuscemodi excrementorum magna pars per exercitationem
expellitur, difflaturue; consentaneum rationi plane uidetur, nullũ
reperiri posse, qui exercitatione ad educendas quotidianas superfluitates non indigeat, & ob id omnes homines exercitationem desiderare; addebant insuper, quod si aliqui reperirentur, quibus exercitatio minime conueniret, proculdubio essent illi, qui natura corporis imbecillimi sunt, qui cum ab exercitationibus utilitatem capiant, ceteros quoscumque ab ijsdem iuuari, & iccirco illis uti debere consequens est. His ergo rationibus persuasi cunctis passim hominibus ante cibum saltem iniungendas exercitationes esse praedicabant: sed & ipsi apertissime alucinati deprehenduntur. Quoniam cum hominum naturae, & condiciones usq. adeo
2. de tẽper. diuersae sint, ut neminem inuenire (sicut scripsit Galenus) alteri similem prorsus liceat, sintq. quibus medicamenta noceant, quibus E
6. Epid. cõ. prosint, quos immodicus coitus, siue λαγνεία secundum Hippocra
5 aph. 21. tem, Aristotelem, & Galenum iuuet, quos uel minimus laedat, &
1. partic. sic de singulis; pariter rationabile sit, aliquos dari, qui non parum
Prob. 51. ab exercitationibus corporis offendantur, ut inferius monstrabimus, & proinde uniuersale illud praeceptum non sine ingenti discrimine esse. Nam auctoritas illa Hippocratis, quam sibi fauere
5. de tu. ua. sunt arbitrati, haudquaquam (ut bene sensit Galenus) insinuat,
cap 11. quod omnibus hominibus exerceri conducat, immo de ordine exercitationis, & cibi auctor ibi sermonem habuit: quasi innuere uoluerit, quibus exercitari expedit, praecedere exercitationem cibos debere: quod porro idem censuerit, exercitationem haud cunctis prodesse in libro de grassantibus morbis palam testatus est, ubi calidas naturas quiescere debere censet. Ratio uero prima, qua sententiam suã adstruebant, licet uera sit, atque a Platone ac Galeno confirmetur; nihilominus eorum dictis parum opitulatur: si quidem F
homines a natura profecto ad motus simpliciter inclinantur, & nullus est, modo sanam uitam degat, qui perpetuo otio torpeat, & nũquam moueatur; at quod ijdem inclinentur ad eos uehementes motus, quos sub certis regulis complexos exercitationes uocamus, nulla ratio dictat, neque ullus sanae mentis pronunciaret. Ex quo apparet ratione naturalis inclinationis minime cunctos exercitationibus aptos iudicari debere. Ad alteram rationem, quae certe multa probabilitate non caret, respondemus excrementa continuo in corporibus nostris collecta necessario esse tollẽda, at quod solis proprie dictis exercitationibus huiuscemodi exinanitio peragatur, fal-
sum

A sum omnino est: quando balneum, frictiones, insensibilis transpiratio, gestationes citra motus ullam uehementiam simili euacuationi perbelle satisfacere possunt, quemadmodum appositissimis Primigenis & alterius cuiusdam exemplis demonstrauit Galenus, quos ab imminentibus morbis exercitationis abstinentia, soliusq. balnei usu se liberasse, sanosq. conseruasse testatur. quod uero postremo loco addebant, cum imbecillimi natura exercitationes requirant, alios quoscumque etiam requirere, dicimus assumptum uerũ esse, uidelicet imbecilli corpore natos ab exercitationibus nõ parum iuuamenti percipere, ut Socrates apud Xenophontem sui ipsius exemplo probat, natura infirmissimos, si exerceantur, fortiores euadere, quam naturali fortitudine praeditos, sed inexercitatos, & post Socratem Galenus, qui multos a natura infirmo corpore ge B nitos moderatis exercitationibus naturae errores correxisse, & quasi nouum corporis, ac meliorem habitum regenerasse scribit: attamen consequens falsum esse confitemur, neque enim sequitur, imbecillimi exercendi sunt, ergo omnes alij; si quidem calidi & sicci immoderate, tametsi non sint imbecilles, caussis antedictis exercitationes non requirunt, quia uires non sunt, quae exercitationem inhibeant, sed intemperies corporis, quae dum ab exercitationibus augetur, eas prorsus noxias esse indicat. Concluditur ergo, omnes homines exercitationes proprie dictas minime desiderare, atq. illos, qui hoc asseuerarunt, toto caelo aberrasse; quamuis exercitationem communiter acceptam, prout quaslibet uel minimas corporis agitationes complectitur nemini sano negari posse fateamur, quando nihil sanitati tam hominum, quam brutorum aeque per- C niciosum, & letale inuenitur, atq. cuiuslibet motus cessatio, consummatumue otium, quibus non tantum uniuersus corporis habitus insigniter refrigeratur, calor natiuus hebetatur, humiditates superuacuae crescunt, molestusque quidam omnium uirium torpor connutritur, uerumetiam, ut dicebat Galenus, cuncta membra tenuia, debilia, atque flaccida euadunt, & subinde non raro exitiales morbi nascuntur, qui, ab humoribus frigidis plerumque originem ducentes, uel ad mortem, uel ad perpetuam ualetudinis offensionem perducunt.

5. de tu. ua.

In li. de dictis, & factis Socra.

2. de tu. ua.

lib. de cib. bo. & ma. succi
lib de cau. morborũ.
li. 2. de fra.

Redarguuntur, qui assuetos solum exerceri uolebant. D
Cap. IIII.

RESTAT falsa eorum opinio condemnanda, qui assuetos solum exerceri debere, inassuetos minime exercendos esse iudicabant. quorum sententia tametsi speciem ueritatis quandã praeseferat, ceterisq. duabus iure anteponi mereatur, haud tamen prorsus errore uacat, dum assuetudini nimium tribuere, quasiq. supra naturae condiciones illam statuere uidetur. Ceterum ne horum placita iniuste refellere credamur, & rationes, quibus adducti in eam sententiam iuerunt, & errata, quae commiserunt, in medium proponemus, ut ueritas facilius elucere aequo iudici possit. Isti itaq. cum legissent apud medicorum
2.Aph.49. 50. principem Hippocratem, eos, qui consueti sunt solitos labores ferre, etsi fuerint imbecilles, & senes non consuetis, fortibus, & iuuenibus facilius ferre; quaeq. ex longo tempore consueta sunt, etsi deteriora sint, inassuetis minus incommodare, asseueranter pronuntiarunt, neminem inassuetum exercitationibus, & laboribus committi debere, alioqui maximopere offendi, sed dumtaxat assuetos, nempe quos partes exercitatas robustiores habere, & propterea laboribus sine damno resistere experientia demonstrat. addebant his rationes, primo quod omnes illi, qui cuilibet rei insuescũt, magna ex parte naturae suae conuenientem consuetudinem deligunt; quoniam laedentia experti, illa repudiant, & iuuantibus adhaerent. unde exercitationibus assueti in illis tamquam sibi familiaribus conseruari debent: qui uero quiescendi consuetudinem contraxerunt, ab illa nullo pacto sunt remouendi, quasi tales experti sint ab exercitationibus se ipsos offendi, & a quiete utilitatem capere. Secundo, quod iuxta philosophorum, & medicorum placita consuetudo in naturam transit, & iccirco non secus consuetudinem permutantes oblaeduntur, atque illi, qui naturam peruertere, & aduersus illius impetus obtendere conantur. Tertio quod si consueti quiescere longo tempore sani ita uixerunt, uerisimile fit, in eadem quiete reliquum uitae cursum ipsos sanos peracturos; ex aduerso uerendum esse, ne ijdem aegritudines diuersas incurrant: siquidem permutantes in contrarium uiuendi rationem, & alia ipsi consequentia in contrarium statum permutari, necessarium uidetur. Huiuscemodi ergo rationibus inducti, isti constanter affirmarunt, consuetudinem non debere mutari, & ideo solitos exerceri exercendos esse, & solitos quiescere in quiete permanere debere.

A re. Sed, ut dixi, licet hi minus culpandam sententiam secuti sint, attamen neque ipsi erroribus caruerunt, quia Hippocrates in omnibus ad inassueta transeundum esse iudicauit, ne quando ad illa descendere coacti grauiora damna patiamur, quod magis agēdum est, quando illa, quae consueta sunt, nimis perniciosa exsistunt, qualis est consumata ab exercitationibus cessatio, unde Hippocratis citata auctoritas in eo sensu accipi debet, ut uoluerit, quemadmodum & nos, uelimus, nolimus, assentiri cogimur, assueta insolitis minus turbare, neque propter hoc interdixerit, quin ad insolita quandoq. transeundum sit, & praesertim cum assueta ualde praua sunt, & inassueta multo meliora. Primae itaque rationi respondemus, assumptum falsum esse uniuersaliter intellectum, quoniam sicuti multi consuetudinem naturae eorum cōuenientem induunt, B ita quamplures uel dulcedine allecti, uel negligentia, aut alijs detenti studijs, uel prae nimia stupiditate sese laedi non sentientes, in malis consuetudinibus & naturae ipsorum inimicis persistunt; quemadmodum faciunt quiescendo & assueti, & dediti, qui quietis uoluptate delibuti non sentientes offensionem ei assueuerunt; non autem quod eam tamquam sibiipsis conuenientem elegerint, nimirum quam iam ante hominibus cunctis inimicam probauimus. Ad secundam uero rationem dicimus, naturam profecto, & consuetudinem parum differre; haud tamen sequi ex hoc, quod numquam consuetudo mutari debeat: quandoquidem si medici naturas prauas, idest naturales intemperies emendare, in meliusq. permutare omni arte contendunt, ut sanitatem, & habitum bonū corpori ingenerent, cur item pessimae consuetudines ab illis in ho C nestiores, & salubriores permutari nequeant, ignoro; eo praesertim quod facilius exsuuntur, quae cōsuetudine fuerunt contracti, quam quae a principio ortus a natura tradita. accedit huic, quod otiandi consuetudo perniciosa est, quia (ut dicebat Celsus) potest incidere laboris necessitas. Tertiae praeterea rationi opponimus eos, qui in prauis consuetudinibus persistunt, tametsi ob iucunditatem non aduertant, perturbari, ut innuere uoluit Hippocrates, dum haudquaquam inassueta deteriora non turbare, sed minus turbare dixit; neque propter hoc laudari, & probari debere, quod multo tempore in similibus consuetudinibus uitam sanam traduxerint: quoniam sicuti dicebat Galenus, illi, qui cibis mali succi uictitant, longo tempore malignitatem intus alentes, tandem qualibet uel minima occasione pessimos morbos incurrunt, similiter quoque in pessimis consuetudinibus perseuerantes saepenumero

2. Aph. 56.

Lib. 1. Cap. 3.

2 de alim.

intus malos habitus concipiunt, quos per aliquod tempus non per D cipiunt, quousque humores praui otio nutriti & supra modum au cti incurabiles, & molestissimas aegritudines inducunt. Quamobrem elaborandum est uniuersis sanam uitam optantibus, ut malae consuetudini innutriti minime se uoluptate, atque damni ignorantia decipi sinant, immo quamprimum ab ea recedere, paullatim tamen, & ut dixit Hippocrates ἐκ προσαγωγῆς studeant, illud pro comperto habentes potius cum aliqua molestia permutandas esse perniciosas consuetudines, quam in illis cum delectatione persistendum. Atque haec pro male de exercitationibus sentientium refutatione dicta sufficiant. Tempus modo est, quae corpora exercitationibus accommodentur, quod tempus, & qui locus, demonstrare: sed antequam hoc aggrediamur, differentias, ut supra promisimus, ipsiusq. tractationis ordo expostulat, exercitationum breuiter percurremus. E

De exercitationum differentijs. Cap. V.



QVICVMQVE ex antiquis exercitationum facultatem speculari, & scriptis tradere aggressi fuerunt, tres primarias illarum differentias effecerunt, quarum aliam παρασκευαστικὸν γυμνάσιον siue praeuiam exercitationem, al-
3 de tu. ua. ca 2. 11. 12. teram ἀποθεραπευτικὸν, tertiam simpliciter exercitationem nuncuparunt. Praeuia siue praeparatoria exercitatio secundum Galeni interpretationem erat motus quidam in mensura intra modum, in qualitate ipsa incitatior, ac celerior, quae non modo corporis motu, uerum etiam frictionibus, & unctionibus similibusq. alijs peragebatur, quaque ad curandam corporis raritatem, cogendamue laxitatem, ut plurimum post uenerem utebantur, quamuis F etiam interdum uterentur ante alias grauiores exercitationes,
3 de tu. ua. cap 8. quod proprium athletarum fuisse scribit Galenus, ne ab immodi-
2. de tu. ua. cap. 3. ca quiete ad magnum motum perinde ac a contrario ad cōtrarium
3 de tu. ua. cap 12. absque medio subitus fieret transitus. Ἀποθεραπευτικὴ exercitatio alia ut pars exercitationis, alia ut species a Galeno ponitur, atq. utraque erat motus quidam quantitate mediocris, tardus, & citra ualentiorem nixum subinde quietem interponens, modo frictionibus, modo ambulationibus, alijsq. huiuscemodi motibus factus, qui tum emolliendis exsiccatis a nimio labore corporibus, tum laxandis meatibus post grauiores exercitationes, post uigilias, post maerores inseruiebant; & proinde hic motus a Galeno extrema

A exercitationis pars nominatus reperitur, quoniam fere semper post magnas exercitationes, ne ad contrariam quietem illico transgrederentur, ipsam adhibebant, ut pote qui ob tarditatem, & frequentem interpositam quietem medium inter exercitationem ualidam, & consummatam quietem teneret. Porro exercitatio simplex apud medicos gymnastas multas differentias habuisse legitur, alias ab extrinsecis, alias ab utendi rationibus, alias a motus ipsius tum quantitate, tum qualitatibus desumptas: quae ab extrinsecis accipiebantur, plerumque a loco nomen sortiebantur, quando uel sub dio, uel sub tecto, uel in mixta umbra, quam ὑποσυμμιγῆ Graeci uocant, exercitatio peragebantur: item quando aut locus erat calens, aut frigidus, aut media temperie, & praeterea aut plane siccus, aut humidus, aut medio modo attemperatus. Differentiae ab B utendi rationibus acceptae huiuscemodi exstiterunt, quoniam aut continuus erat motus, aut intermissus, & si continuus, aequalis, uel inaequalis; sin intermissus, aut certo ordine, aut citra ordinem, praeterea uel sine puluere fiebat, uel cum puluere, atque eo alias multo, alias modico; similiter agebatur uel sine oleo, uel cum oleo, atque ipso alias exiguo, alias multo. Quae autem ab ipsius motus quantitatibus acceptae inueniuntur differentiae, tales sunt, quod exercitationes uel multo tempore durabant, & multae dicebantur, uel breui, uel mediocri, atque paucae & mediocres uocabantur. Differentiae a motus quantitatibus desumptae illae quoque fuerunt, quae a ui motrice accipiebantur: nam si uis magna erat, magna exercitatio; sin parua, parua; sin mediocris, mediocris appellabatur. Porro a qualitatibus ita differentias a Galeno captas in-C uenio, quod aut in breui tempore multum spatij metiebatur exercitatione, siue breue spatium saepius in modico tempore terebatur, atque haec exercitatio celer, acuta, & uelox nuncupabatur, qualis cursus, umbratilis pugna, achrochirismus, lusus paruae pilae, & coryci, ἐκπλεθρίζειν, πιτυλίζειν, & quae in palaestris actitabantur humi circum uolutationes; aut multum temporis in breui spatio insumebatur, tardaq. & lenta exercitatio talis motus nominabatur, ut lenta ambulatio, uectatio in lectica; aut in mediocri tempore mediocre spatium, siue breue pluries mouendo peragebatur, sicque mediocris exercitatio euadebat: praetetea magnarum alia praeter uim celeritatem quoq. adnexam gerebat, & σφοδρὸν γυμνάσιον idest uehemens, robustaq. exercitatio dicebatur, ut celeriter fodere, discum mittere, sine intermissione saltare, graue telum iaculari, continuatis quam maxime ictibus, nec non graui armatu-

ra

[Marginal notes: 2. de tu ua. cap. 12. — 2. de tu. ua. cap. 8. — 2. de tu. ua. cap. 8. & cap. 10.]

D

ra celeriter agitari; alia sine uelocitate fiebat, & εὔτονον γυμνάσιον, idest ualens exercitatio uocabatur, sicuti fodere, per accliuia ambulare, quatuor equos habenis simul coercere, funem manibus apprehensam scandere, halteres, omnesq. Milonis exercitationes. quod enim uehemens, & ualens exercitatio communi nomine magna diceretur, ex his intelligere licet, quae Galenus sexto popularium morborum scripta reliquit, ubi inter enumeratas exercitationes & equitationem magnam uocauit. Similiter & paruarum alia cum aliquali uelocitate fiebat, & remissa siue ἔκλυτος uocabatur, alia sine ulla celeritate, & ἀμυδρὸς siue languida aut imbecillis dicebatur; ex quibus duobus generibus erant uectationes in sellis, lecticis, nauibus piscatorijs, & similes gestationes: alia neque uehemēs, ualens, remissa, languida, sed harum omnium media erat, mediaq. & mediocris appellabatur, quales moderatae equitationes, & moderatae ambulationes. Repetentes igitur has, & tot fuisse exercitationum differentias dicimus, praeuiam, apotherapeuticam, & simplicem; simplicium alia sub dio agebatur, alia sub tecto, alia in mixta umbra, alia in loco frigido, alia in calido, alia in humido, alia in sicco, alia in horum medio; praeterea aut erat perpetua, assiduaque & uel aequalis, uel inaequalis, aut intermissa, & uel inordinata, uel ordinata, aut cum puluere multo, uel exiguo, aut sine puluere, aut cum oleo modico, uel multo, aut sine oleo, aut multa, aut minor, aut mediocris, aut uelox, celer, & acuta, aut tarda, & lenta, aut mediocris, aut magna, & siue uehemens, robustaque, siue ualens, aut parua, & uel remissa, uel languida, & imbecillis, aut media. Supersunt modo dubitationes duae soluendae ex dictis nostris subortae, prima est, quod exercitationum differentias partientes aliam uehementem, aliam remissam, & paruam effecimus, cum tamen Galenus apertissime scriptum reliquerit, non omnem motum esse exercitationem, sed uehementiorem. Secunda est, quod inter ceteras exercitationes Fodere collocauimus, quem laborem Galenus non exercitationem simpliciter, sed exercitationem simul & opus esse iudicauit. Primae dubitationi facile respondetur, exercitationem communiter acceptam a nobis in tot differentias fuisse partitam, Galenum uero non hanc motum uehementem esse definiuisse, sed potius exercitationem proprie uocatam; & propterea nullo modo sententia nostra illius sententiae repugnare uidetur. sed si quis adhuc a nobis sciscitaretur, numquid exercitatio propria ullas differentias habeat paruitatis, magnitudinis & huiuscemodi, huic ita satisfactum iri uolumus, exercitationē propriam, quam-

Marginal notes: cō. 1. aph. 6 (beside "ceretur, ex his intelligere licet"); E (right margin, beside "ualens, remissa, languida"); F (right margin, beside "media. Supersunt"); 2. d tu. ua. cap. 1 & 2. aph. cō. 16. (beside "tamen Galenus apertissime")

A quamquam ex se uehemens motus semper exsistat, nihilominus alteram alteri, atque etiam sibi comparatam, modo paruam, modo magnam, modo debilem, modo robustam nuncupari. Nam lusus pilae magnae, & lucta sunt proprie exercitationes, quae si alias remissius, alias intensius ab eodem agantur, nunc magnae & intensae, nunc paruae & remissae uocabuntur: pariter hae eaedem exercitationes iuueni non admodum ualido magnae, & uehementes erunt, si laboriose fiant, at in robusto athleta respectu habito paruae & remissae apparebunt. Pro secundae dubitationis solutione dicimus, proprium rerum characterem ut plurimum a finibus donari, & proinde easdem res, prout uarijs finibus aguntur, uarios characteres, uariaq. nomina obtinere: si enim temperaturas corporũ humanorum gratia tantum sciendi quis contempletur, sciens &
B philosophus naturalis uocabitur; sin gratia eas uel conseruandi, uel corrigẽdi speculetur, & artificis, & medici nomine erit dignus. Idem plane dicendum est de fossione, cuius finis si sit terrae cultura, & fructus perceptio, opus proculdubio, & labor ipsa uocanda erit; sed si finis dumtaxat exsistat, corpora ad ualetudinem exercere, profecto exercitatio uocari debet, quo pacto nos intelleximus, quando inter exercitationes alias sodere recensuimus. & quod de fossione diximus, idem quoque de similibus, quae opera uidentur, intelligi debere uolumus. Nam Pittacus ille Mitylenaeorum Rex mola tundere solebat ἐνεργῷ (inquit Clemens Alexandrinus) γυμνασίῳ χρώμενος. Quin noster Galenus de seipso refert aliquando hieme in agro deprehensum esse, dum ligna finderet, hordeumq. in pila tunderet, & degluberet, aliaque exercendi dumtaxat cor- 2. d tu. ua. cap. 8.
C poris gratia faceret, quae opera quotidie agrestes agere solent. Hoc idem Martialis poeta factitare se solitum fuisse, hisce carminibus insinuat.

Rure morans quid agam, respondeo pauca, rogatus
Luce Deos oro, famulos post, arua reuiso,
Partibus atq. meis iustos indico labores,
Inde lego, Phoebumq. cio, musamq. lacesso,
Hinc oleo corpus frico; molliq. palaestra
Stringo libens animo gaudens, ac fenore liber
Pondero, poto, cano, ludo, lauo, ceno, quiesco,
Dum paruus lychnus modicum consumit oliui,
Haec dat nocturnis mox lucubrata camoenis.

Vnde patet, multa alio fine opera, alio exercitationes uocari, & ob id non ignoranter fossionem a nobis atque etiam a Galeno

& Antyllo inter corporis exercitationes enumerari. Iam ad alia D
transeamus.

De corporum morborum & sanitatis generibus. Cap. VI.

POSTQVAM aduersus male de exercitationibus opinantes disputando neque omnia corpora hominum exercenda, neque omnibus interdicendas exercitationes esse, demonstrauimus: aequum est iam, quae corpora exerceri conueniat, docere. Tria enim a medicis corporum genera esse traduntur, aegra, neutra, & sana; quorum tametsi multae factae sint species, atque differentiae; nos tamen, qui aliud intendimus, solum has tres corporum species accipiemus; ea scilicet quae praesenti ualetudine fruuntur, atque operationes illaesas habent, licet E
alioqui nec perfecte sana, nec undequaque temperata uideantur; ea, quae infirma sunt, ac uel iam decumbunt, uel ita operationes sensibiliter offensas habent, ut nullo modo opera sanorum obire ualeant, ea quae ueluti inter utraque haec media posita ab auctoribus medicinae ualetudinaria nuncupantur, quaeue nec prorsus aegra, nec omnino sana nostris sensibus apparent. His itaque sic constitutis tertium aliud animaduersione dignum succedit, quod tria quoque exstant morborum genera, primum in intemperie positum, secundum in mala formatione, tertiũ in continuitatis solutione. Morbus in intemperie oritur, quando totum corpus (sub nomine corporis intelligo & humores, & spiritus, & membra solida) siue illius pars aliqua aut immoderate calefit, aut frigefit, aut humectatur, aut exsiccatur, uel simul frigefit, & exsiccatur, uel frigefit, F
atque humectatur, uel calefit & humectatur, uel calefitatq. exsiccatur. his namque omnibus totum illud morbi genus continetur, quod intemperiem uocarunt medici; quam alias simplicem, alias cum humorum affluxu nuncupasse reperiuntur; sub appellatione simplicis eam intelligentes, quae suapte natura citra alterius affectionis societatem corpus interturbat; sub nomine uero intemperiei cum affluxu nihil aliud insinuantes, nisi intemperiem, quae & ex se, & una cum affectione ab humoribus oriente, ut pote inflammatione, timoreue aliquo corporis operationes laedit, & sanitatis statum e medio tollit. Morbus in praua formatione generatur quotiescumq. corpus, seu corporis pars debita figura caret, aut debita quantitate, aut iusto numero, aut conueniente situ. Morbus in solutione continuitatis efficitur, quando pars aliqua, seu aliquod corporis

poris

A poris membrum a natura unum factum diuisionem patitur, siue talis diuisio intrinsecus, siue extrinsecus proficiscatur. Tot itidem modis sanitas morbo contraria constat, nimirum quae intemperie, in optima formatione, in unitate partium, essentiam atque consistentiam propriam obtineat. Nam de singulis istis τύπῳ ac in uniuersum sermonem habuisse sufficit, cum illi, qui haec lecturi sunt, si magis exquisitam eorum cognitionem habere optabunt, libros medicorum perscrutari queant, neque a nobis haec diligentius pertractata requirere debeant, qui alijs studentes extra propositos limites nimis diuagari non possumus: sed iam quae ex antedictis corpora exercitari, conueniant, examinari cogimur.

An corpora aegra ullo pacto exerceri conueniat. Cap. VII.

B

DVBITATVM fuit antiquissimis usque temporibus, an, sicuti corpora sana, ac ualetudinaria tum ad augendam, cofirmandam, conseruandamq. ualetudinem ab exercitationibus non exiguam commoditatem capiunt, ita quoque aegra corpora aliquo pacto exerceri ualerent, quo tam ad leniendas aegritudinum molestias, quam ad recuperandam sanitatem uti liceret. Inter eos qui infirmos exerceri debere asseuerarũt, primus exstitit Petronas, deinde Prodicus siue Herodicus, qui cursibus, & luctationibus febrientes interficiebat, ambo ab Hippocrate in tali dogmate uehementer damnati. 6.Epid. Petronam imitatus posterioribus saeculis Asclepiades ut hominum fauorem aucuparetur, non modo languentibus uarias exercitationes ad uoluptatem potius,

C quam ad sanitatem spectantes indulgebat, uerumetiam (quod elegantisime scripsit Celsus) cubantis quoque luxuriae subscribebat: ut non sine magna ratione Plinius deinde Asclepiadem iucundum curandi modum calluisse praedicauerit. Qui praeter hos simili sententiae haerere maluerunt, Aesculapium dixerunt ita uocatum: παρὰ τὸ ἀσκεῖν ἠπίως τοὺς νοσοῦντας: idest, quod aegrotos suauiter exerceret, quando prius ἤπιος uocabatur. Ex altera parte non defuerunt, qui neminem aegrotum exercendum esse, sed cunctos in quiete contineri debere, asseruerunt. Inter hos medij Galenus, Herodotus, Antyllus, Aetius, & Auicenna quemadmodum ab omnibus aegris non simpliciter exercitationes amoueri uoluerunt, ita nec ijs placuit, quoscumque quouis motus genere exercitari, sed & in aegris ipsis, & in exercitationibus eligendis magnam distinctionem, & curam habendam esse iusserunt; ut quod morbosum corpus,

pus, qua exercitatione, & qua quiete indigeat, ne ullas perturba- D
tiones, motionesq. sustineat, optime pernoscatur. Quocirca secun
dum istos corpora, quae immodica intemperie calida laborant, nul
lis uehementibus, remissisue exercitationibus accommodantur,
quod calor, qui diminui debet, ab illis potius augumentum susci-
5. de tu. ua. cap. 11. pit, quemadmodum Galen. de Primigene summa caliditate labo-
rante narrat, qui nedum, a uehementioribus exercitationibus, im
mo & ab exiguis deambulationibus in porticu ante balneum factis
magnopere laedebatur. unde merito condemnandus est Asclepia-
Li. 2. c. 14. des Prusiensis, qui in ardentibus febribus referente Celso gestatio-
nibus utebatur, in alijs uero febribus, & morbis medicamenta, ac
uomitiones tollens, inedia, siti, uigilia, luce primis diebus aegro-
tantes instar tortoris, excruciabat, alijs autem diebus ambulationi-
bus, gestationibus, balneis, lectulisq. pensilibus exercebat. In his E
In prooe. lib. chroni. pal. etenim Galeni & Antylli sententia exstat, acuta febre laborantes
ab omni motu remouendos, in longis febribus, atq. morbis (quos
omnes nonnulli ex antiquis medicis aliptarum officio transmitten
dos, ut refert Coelius Aurelianus, falso crediderunt) ubi accessio
urget, nullo pacto exercendos, at in interuallis decubitum non
semper conferre, immo aliquando utiles esse motiones, exercitatio
Cap. 16. nesque; quod innuisse Hippocratem arbitror, dum in septimo epi
demiorum dicebat, aliquos inueniri infirmos, qui ne penitus tor-
peant, a lecto expellendi sunt. quod item innuere uoluit Aristote-
les libro moralium Nicomachiorum decimo, ubi scripsit febrici-
tantibus in uniuersum diaetam, atque inediam conferre, alicui ta-
men forte non ita conducere. Qui praeterea corpus aridum, ac insi
gniter exsiccatum habent, si exerceantur, aridiores euadunt, & F
ideo illis quies apprime congruit, quam humectandi uim posside-
re nemo ignorat, quamq. Hippocrates dum calidis naturis conue-
nire scribit, nec immodice calidas intemperies intelligit, nec aucto
re Galeno quamlibet motus sed uehementioris tantum cessationē,
Loc. citat. sicuti nos hic de siccis corporibus intelligimus, quae gestationibus,
& uectationibus aliquibus, at nō magnis motibus exerceri possunt,
dummodo uires permittant, exercitationesq. moderatae sint; alio-
qui sicut ex moderato motu calor exsurgit, excitaturq., nec non hu
mores paullatim euanescunt; pariter ex immodico calor infirmus ex
stinguitur, humiditatesq. magis diffunduntur. Corpora item cali-
da, & sicca immoderate nullis exercitationibus aptantur, minus
quoque calida & humida, nempe quae grauiori quam cetera mor-
bo subijciantur, maioriq. cura opus habeant; Frigida porro simulq.
sicca

A sicca corpora uel nullis exercitationibus, uel minimis & ualde remissis exerceri debent, cum semper praeter morbi peculiarem afflictionem imbecilles uires habeant, Exercitationibus non ita offenduntur corpora frigida, sicuti neq. humida. At frigida & humida aliorum omnium maxime exercitationes sustinent; quod motus exsiccando, & calefaciendo ueluti quoddam remedium sit, modo tamen non extra modum adhibeatur. Atque haec omnia dicta intelligantur de illis aegrotis dumtaxat, qui uniuersum corpus intemperatum habent, quoniam si quis in sola corporis parte membroue, aut in pluribus intemperiem patiatur, repeririq. possit modus, quo partes sanae citra aegrarum offensionem exerceantur, proculdubio huic aegroto exercitatio magis accommodata erit; quippe quae sanarum partium habitum bonum confirmans, infirmis etiam conse-

B quentia quadam auxilium praestet. Colligentes igitur dicimus, nullum corpus intemperie quauis laborans magna & uehementi exercitatione gaudere; sed aliquod reperiri, cui exercitationes exiguae, & ualde moderatae auxilium afferant interdum. quales uero exercitationes sint illae, & qualibus in morbis, atque corporibus unaquaeque congruat, in sequentibus libris declarabimus, ubi particulares singularium exercitationum facultates uberius enarrabimus. De morbosis ob malam formationem corporibus simili prope uia determinari debet, modo illi non a generationis principijs, sed nuper & casu (ut ita dicam) ortum duxerint. Haec etenim siue totam corporis figuram deprauatam, ut in leucophlegmatia, siue partem aliquam deformatam habeant, nisi affectus alij impedientes associentur, ab exercitationibus utilitatem capiunt, nempe quae &

C contorta dirigere, & aspera lenire, & tumida deprimere, & depressa eleuare, & oppleta exinanire, & exinanita explere & obstructa aperire queant. Ad haec morbos in quātitate genitos nō raro exercitationes tollere consueuerunt, quandoquidem uniuersalem corporis molem auctam nihil est, quod magis auferat, quam exercitationes uehementes, & ueloces ieiunis adhibitae: quas carnes, & succos detrahere dixit Hippo. & post ipsum Galenus. hoc namq. remedio Nicomachum Smyrnaeum, qui adeo crassitie creuerat, ut neque podicem manibus tangere, neque corpus mouere posset, ab Aesculapio curatum esse, mihi uerisimile uidetur: simili modo extenuata, & gracilia corpora nihil aeque ad carnosum, & bonum habitum restituit, ac tarda & lenis exercitatio, quae concoctiones omnes insigniter adiuuans efficit, ut nutrimentum perbelle distribuatur, sicque macie affecta corpora probe nutrita carnem, ac pinguedinem acqui-

Lib de sal. diaeta.

In. 6. epid. cō 3. Aphoris. 2. Galen. de diffs morborū. c. 9.

acquirant: ita sane se multos & toto corpore, & cruribus extenua- D
tos curasse, gloriatur Galenus, sicut item Germanicum, a tenuita-
te crurum, equitationis beneficio, liberatum alias diximus. Corpo-
ra subinde, a morbo in numero correpta, siue is superfluus, siue
mancus sit, exercitationes ex se minime recusant, & tunc praeser-
tim quando similis morbus haud est innatus, ueluti in lapillis re-
num, qui ex uehementi motu concussioneque ab angustis renum
uijs ad latiores, tandemq. ad ipsam uesicam descendentes magnas
aegrotis molestias adimunt. Corpora uero aegritudine in situ labo
rantia, modo non ab ortu, nullum fere exercitationis genus admit
tunt, quod membra dum proprium locum, atque situm amiserunt,
non modo reponenda sunt in propriam sedem, uerumetiam post-
quam reposita fuerunt, tamdiu ab omni motus genere arcenda,
quoad optime confirmata pristinum habitum repararint, alioqui si E
mouerentur, maiori nocumento afficerentur. quo fit, ut hac infir-
mitate capti maiori ex parte exercitari non debeant. Atque haec de
secundo morborum genere mala formatione scilicet laborantibus
corporibus dicta sufficiant. Remanent corpora tertio genere mor-
borum continuatis uidelicet solutione correpta, quae solutio uel
in cute, uel in carne, uel in ossibus, uel in neruis ac huiusce generis
similibus contingere solet, atque modo sola, modo febribus asso-
ciata; ubi corpus aliquam ex his solutionem febri associatam habet,
nullo modo exerceri debet, quandoquidem, si raro febricitanti-
bus exercitationes conueniunt, quanto minus conuenient ubi a-
lijs morbis turbabuntur? Quod si citra febrem sola continui solu-
tio adsit, eaq. sit in parte nobili, atque uitae maxime necessaria, ue- F
luti cerebro, uentriculo, iecore, ac similibus, proculdubio exerci-
tationes quaeuis maxime nocent, nempe quae & spiritus parti affe-
ctae necessarios ualde distrahant, & humores omnes tunc agitent,
quando firmos & quietos esse conueniret, ne ob eorum affluxum
morbus magis incrudesceret. Alia membra ignobiliora si patiantur
continuitatis diuisionem, poterunt aegri mediocriter exerceri, mo
do nec insignis sit affectus, nec pars laborans exerceatur. Sunt non-
nulli hac aegritudine capti, qui non paruam utilitatem a modera-
tis, immoderatisque exercitationibus percipiunt, quales scabiosi,
quorum cutis cum ab humoribus salsis & acutis discindatur, ex mo-
tu uehementi efficitur, ut humores illi tam per sudorem, quam
per occultam transpirationem euacuentur, atque ipsis euacuatis a
morbo liberentur. Quamobrem acri iudicio diligentiq. animad-
uersione in his omnibus opus est, quo optime cognoscatur in qui-
bus

In.6.epid. com.3.

Secūdo de tempe 3.& 6.d tu. ua.

A bus morbosis corporibus congruant exercitationes, & in quibus minus habita semper prae oculis uniuersali hac ratione, cuius ductu rarissime contingunt errata, possuntque particularia ita dirigi, ut numquam loco auxiliorum damna succedant.

De corporibus ualetudinarijs, & senilibus exercendis.
Cap. IIX.



QVAMVIS apud medicos (ut supra diximus) inter corpora aegra atque sana reponantur neutra, illaq. in multiplices differentias partiantur, quia tamen parum ad nostram tractationem pertinent, eorum loco ualetudinaria statuemus, cum quibus comprehendi uolumus tum omnes illos, qui recenter a morbis, ac decubitu euaserunt, nec dum perfecte antiquum habitum recuperarunt; tum senes plerosque, nempe quos Galenus eodem modo, quo ualetudinarios, curari debere praecepit; nec absque ratione, si quidem senectus, auctore Aristotele, est quidam naturalis morbus. unde, qui sunt aetate graues, eam uiuendi rationem sustinere nequeunt, quam sani perferunt. Ergo ualetudinarijs illis, qui mox a morbis euaserunt, inter cetera remedia pro integra ualetudine sibi ipsis accommodata praecipua est corporis exercitatio a qua membra eorum firmantur, humorū reliquiae inaniuntur, calor excitatur, & denique totus corporis habitus restituitur. Est tamen omne studium adhibendum, ut a principio lenes, breues, tardi, ac remissi motus exsistant, deinceps, prout uires magis inualescunt, similiter & magnitudo ac longitudo exercitationis augeatur, tandemq. in mente illud ἐκ προσαγωγῆς tantopere ab Hippocrate decantatum semper habendum erit, ne ob importunum ab extremo ad extremum transitum maiora errata committantur, & pro uirium restitutione imbecillitas maior, siue prostratio succedat. proinde merito damnandus uenit Auerroes, qui morbosa corpora quotidie exercenda esse usque ad sudoris initium, atque anhelitus eleuationem nimis libere consuluit: ita enim uehemens exercitatio tantum abest, ut ualetudinarijs, siue morbosis (quemadmodum ipse uocat) ullum effatu dignum beneficium praestet, ut potius uires adhuc debiles magis consternet, caloremq. natiuum ex morbo uix reuiuiscentem fere exstinguat, aut saltem insigniter hebetet; si quidem bonus est in conualescentibus, sed exiguus (ut scribit Galenus) sanguis, atque una cum ipso spiritus uitalis, & animalis, ipsae uero particulae solidae siccio-

[Margin, B: 5. d̄ tu. ua. cap. 11. & in arte me di. cap. ult. 5. d̄ gener. aīal. ca. 4.]

[Margin, C: 6. collec. cap. 6.]

[Margin: In arte me dic. ca. ult.]

res, & consequenter eorum uires sunt imbecilliores, atquē earundem ratione corpus uniuersum frigidius. unde ad emendandam huiuscemodi indispositionem necessaria sunt quaecumque probum atque securum exhibent alimentum; & praeter haec moderati motus, quales uehicula, ambulationes lenes; non uehementes motus, qui sicuti solidas partes arefactas sicciores reddunt, ita calorem diminuunt, & uires imbecillas consumunt. Ceterum senes, quorum aetas plurimam ob caloris defectum excrementorum copiam coaceruat, exercitationibus magnopere gaudent, tum ad expurganda huiuscemodi recrementa, tum etiam ad conseruandum atq. placidi cuiusdam uenti instar excitandum, accendendumue calorem, qui secus nimio torpore exstingui periclitaretur. Attamen in praescribendis senum exercitationibus quatuor animaduerti debent, uires, corporis affectus, consuetudo, & uitia particularia, quae plerumq. senum corpora infestare solent. ratione uirium, quas senes semper imbecilliores habent, acutas exercitationes, uehementes, & multas quae corpus siccant, extenuat, & infirmant, maximopere cauere debent, sequi uero mitiores, quales sunt gestatio, ac intra lassitudinem inambulatio. Prodicus enim qui ualetudinis studiosissimus exstitit, & ob id (Aristotele auctore) ea omnia, quibus ceteri cum uoluptate utuntur, recusauit, iam ingrauescente aetate (ut refert Plato in Phaedro) Athenis ad Megarae moenia ibat, indeq. domum reuertebatur. quae exercitationis mensura haudquaquam omnibus senibus accommodari posset, cum Plato ipse eum & sibi, & alijs nimio exercendi studio molestiam peperisse dicat. Antiochus pariter medicus, annos natus plusquam octoginta, quotidie fere, ut scribit Galenus, domo ad forum stadiorum trium spatio, atque interim ad uisendos aegrotos pedibus ambulare solebat. quod si ei longius ire necesse erat, sella, aut uehiculo utebatur. Ad haec narrat Plinius secundus, Spurinam uirum in uiuendo maxime prouidum, quiq., aurium, & oculorum uigore integro, nec non agili ac uiuido corpore, septuagesimum septimum annum attigit, hanc regulam constantissime seruasse, ut mane lectulo contineretur, hora secunda indueretur, ambularetq. millia passuum tria, mox legeret, uel colloqueretur, deinde consideret, tū uehiculum adscēderet, peractisq. ita septem millibus passuum iterum ambularet mille, iterum resideret, uel se cubiculo, aut stylo redderet; ubi hora balinei nunciata foret, quae erat hieme nona, aestate octaua, in Sole, si caruisset uento, ambularet nudus, deinde pila moueretur, uehementer, & diu post modum lotus accumberet,

1. Rhe. c. 5.

providentia in vivendo.

D E F

&

A & paullisper cibum differret. Ob totius corporis affectum exercitationes senum in hunc modum determinari debent, quoniam corpus optimi status, sicut in iuuentute ad uehementissimos quosque labores idoneum maxime est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres; qui uero senes aut crassis sunt cruribus, aut lato pectore, aut cruribus, ultra quod par est, gracilibus, aut quorum corpus exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut ualgum est, uarumue, aut alio quouis pacto a mediocritate recedens, id ad eas omnes exercitationes ineptum redditur, quae uitiosa membra magis offendere, quam iuuare possunt, ut uociferatio thoracem, ambulatio crura, & similiter. Iam uero consuetudo maximam sibi uindicat partem ad exercitationis speciem deligendam, quando Hippocrates dixit, eos, qui soliti sunt labores ferre, etsi fuerint imbecilles, uel

B senes, non consuetis, fortibus, atque iuuenibus solitos facilius ferre. nam sicuti consueta minime lassant, quos exercent, immo etiam delectant, pariter insueta tum molestiam adferunt, tum lassant. Senes igitur omnes consuetis laboribus exercitari debent, sed tamen uehementia eorum remissa, quia, si corpora senilia uigorem, calorem, robur, & omnia denique diminuta habent, iuuentutis respectu exercitationes quoque minores requirere, rationi consentaneum est. Vltimo uitia corporum senilium propria exercitationum ipsis nequaquam conuenientium genus demonstrabunt. quae enim ex leui caussa, a uertigine, comitiali morbo, graui ophthalmia, auditus imbecillitate capiuntur, exercitationes caput offendentes euitare necesse est: similiter & in omnibus alijs affectibus, non solum senes, uerum & cuiusq. aetatis homines ita se ge-

C rere debent, ut ijs exercitationibus sedulo abstineant, quae patientes partes magis exercere & perturbare natae sunt. Sic itaq. de ualetudinarijs, ac senilibus corporibus exercendis statuendum erit.

De corporibus sanis exercendis. Cap. IX.



VICVMQVE corporis exercitationes sanitati inutiles minime reputarunt, in sanis eas prae ceteris commendandas esse dixerunt, tamquam necessarium prope exsistat, si exercitationes ad bonum habitum comparandum, atque ualetudinem conseruandam non ignobile auxilium praestant, quod in sanis maxime adiumentum ostendere posint. Hoc tamen uerum est, antiquos medicos multas sanorum corporum differentias effecisse, inter quas primum locum obtinet cor-

pus illud perfecta sanitate praeditum, quod mensura, & regula ceteris positum fuit, potiusq. mente designari, quam in ulla regione re ipsa inueniri potest: etsi Galenus multa corpora temperata in sua regione inueniri memoriae prodiderit. De tali namque corpore nullibi exsistente sermonem non sum habiturus, sed de illis tantum agam, quae ita praesente sanitate fruuntur, ut ualeant sine ulla molestia cunctas illas actiones obire, quae communiter ab omnibus exercentur. cum enim medicus artifex sensilium rerum exsistat, quae sensui sese produnt, & non quae sola cogitatione comprehenduntur, tractare debet. Haec itaque corpora sana, quoniam quotidie comedunt atque nutriuntur, necessario multa excrementa generant, quae nisi continuo a corpore per exercitationes educantur, tandem prauas dispositiones ingenerant: unde prudenter scripsit Galenus, hominem, si utatur mediocri exercitatione, & bene concoquat, corpus a superfluitatibus mundum reddere. Verum enim uero in sanis quoque plurima consideratione digna sese offerunt tam ex parte exercitationum, quam ex parte exercitandorum. Ex parte exercitationum sciri debet, nullam exercitationem, nec uiolentam, neque immodicam esse debere, ut in libro περὶ μικρᾶς σφαίρας adnotauit Galen. & propterea exercitationes fossorum, & messorum nemini fere eorum conueniunt, qui prospera ualetudine fruuntur; celeres motus, & uehementes in robustis commendantur, qualis lucta, discus, pila, & huiuscemodi, eo magis si consueti fuerint; moderati omnes quibus uis fere aptantur. Porro ex parte corporum exercitandorum his mentem adhiberi oportet, consuetudini, aetati, habitui uniuersali corporis, particulari rationi, uiuendi, necnon temperaturae. De consuetudine saepius diximus etiam in omnibus obseruari debere, si quidem quae cõsuetae sunt exercitationes, licet sint aut nimis uehementes, aut nimis remissae, inassuetis maiorem utilitatem, atque delectationem pariunt; at si quis uel minus, uel plus quam consueuit interdum exerceatur, protinus molestia euidenter afficitur, ita non raro febres hac ratione contingere, scripserit Galenus dum exercitationes consuetae dimittuntur. Quod uero ad aetatem pertinet, iam diximus, prouectos, & senes remissiores quam ceteros, & pauciores exercitationes poscere; pueri, iuuenes, atque uiri motibus fere omnibus pro sua quisque aetate sufficiunt, modo aliud quid non prohibeat, aut modum corporibus priuatorum, & non athletarum conuenientem minime exercitationes transscendant. Iuuenes enim (dicebat Hippocrates, siue Polybus in primo de morbis) si plus consueto laborent,

2. de tu. ua. cap. 7.

6. aph. 28.

lib. de caus. sis mor. c. 21. de diffe feb. c. 2.

D E F

A rent, conuulsionibus fortibus, & rupturis uarijs carnium, uenarumq. statim, & magis, quam senes tentantur; quod corpus robustum, & siccum habent, carnem densam, ualidam, osſibus tenaciter adhaerentem, cui circumdata cutis ualde tenditur. quae omnia minus senibus insunt, & propterea illi rarius huiuscemodi malis capiuntur. De uniuersali autem corporis habitu sic determinandum censeo, quod pingues, & obesi, quanto magis exerceantur, tanto prosperiore sanitate utuntur, quando dicebat Aristoteles, a motu pinguedinem eliquari; quod si etiam exercitationes sint uehementes, atque acutae, nihil omnino nocebunt. Nam Hippocrates corpulentorum itinera uelocia debere esse uoluit: quin etiam Galenus inter cetera, quae ad extenuandum uirum illum obesum quadraginta annos natum administrauit, se cursum uelocem adhibuisse

[3. de partibus aĩaliũ cap. 9.]

[14. Meth. cap. 15.]

B se testatur. Contra Graciles in consummata fere quiete detineri postulant, quia sicuti corpulenti, & crassi cõtrarias habitudines ex cõtrarijs ortas habent, ita contraria pro ipsorum salute exposcere uidentur, alioqui magnopere laeduntur; sicq. aliqui sunt, quibus exercitatio prodesse iudicetur, ij proculdubio pauca, & ualde remissa opus habent. unde sapientissimus Hippocrates summa ratione iussit, ut graciles iter facturi lentis passibus incedant, quos item Mãgones & Medici crassefacere uolentes, uirgis uerberabant, ut caro eleuaretur, & ad eam alimentum traheretur. Qui uero inter pingues, & graciles, uel ἐυσαρκοι, siue quadrati, uel parum ad alteram partem declinantes exsistunt, si mediocriter, aut etiam uehementer, modo non immodice exerceantur, utilitatem insignem percipiunt; nimirum cum eorum calor ita magis conseruetur, superflui-

[lib. de sal. diaeta. 10. aph. 1. de tu. ua.]

[de sal. diaeta. aph. 10.]

C tatesq. quotidianae exhauriantur. De particulari membrorum habitu idem dicendum, crassas scilicet partes magis exercendas, tenues minus, nisi earum tenuitas ex nutrimenti distributione impedita, uel defectu proficiscatur: quo in casu, & exercitatio conuenit, & genus illud unguenti, etiam pilis auellendis a medicis excogitatum, Dropax uocatum, de quo Martialis lib. 3.

Psilothro faciemq. lauas, & dropace caluam,
Nunquid tonsorem Gargiliane times? & lib. 2.
Laeuis dropace tu quotidiano,
Hirsutis ego cruribus, genisq

Pariter, & partes omnes corporis mediae inter graciles, & crassas exercendae sunt. In ratione uiuendi hoc insuper animaduerti debet, ut, qui parum comedunt, parum exerceantur, iuxta Hippocratis legem, ubi fames laborandum non est; qui item uigilant, ab

[2. aph.]

exercitationibus arcendi, ne magis exsiccentur, neue molestiae mo D
lestia maior superaddatur, contra qui multum comedunt, multum
exerceri debent; quoniam dicebat Hippocrates, non potest homo
comedens sanus uiuere, nisi laboret: in talibus enim opus est mul-
to calore, ut multum concoquant, multus calor ab exercitatione,
dicebat Galenus, facile suppeditatur, praeterea multum mandu-
2. d tu. ua. cantes magnam excrementorum copiam aggenerant, quae nisi ma
gnis, & multis laboribus diminuatur, in prauas dispositiones cor-
pus deducunt. qui similiter multum, & profunde dormiunt, mul-
tis quoque exercitationibus indigent, quandoquidem in istis per-
spirationes retinentur, atque adeo sanguinis copia partes exterio-
res deserit, subitq. interiora, ut adacto cultello non aeque efflue-
3. de histo. re ualeat, quemadmodum scribit Aristoteles, & ob id somnolenti
aīaliū.c.19 omnes decolorati euadunt; unde hos satis exercitari necesse est, H
quo perspirationibus aditus patefiat, sanguisue ad exteriora seruan
da atque nutrienda reuocetur. Demum ob temperaturae rationem
sic de exercitationibus iudicium ferendum credo, ut sicci uel nihil
omnino, uel lente satis, & minimum laboriose exerceantur. nam
exercitationes, quas suapte natura exsiccare constat, si in siccis cor-
poribus adhibeantur, quin intemperiem augeant, nemo sanae men
tis dubitarit. Calidi quoq. & praesertim acri, ac mordaci calore
praediti exercitationes modicas requirunt, ne a motu plus aequo
4. Aph. 13. incalescant, ipsisque, ut scribit Galenus, solae in necessarijs actio-
6. epid. cō. nibus obeundis motiones factae sufficiunt. Vnde Aristoteles, quae-
4. aph. 15. rens, cur alij sedendo pinguefiant, alij macrescant, ideo euenire di-
6. partic. cit, quoniam alij frigidi sunt, alij calidi, alij excrementosi, alij non;
Prob. 1. & qui calidi sunt, pinguefiunt sedendo, cum eorum calor sine mo- F
tu cibi concoctioni sufficiat, similiter & non excrementosi. Qui
uero excrementis abundant, & frigida temperie sunt, macrescunt
sedendo, quoniam a quiete eorum calor quasi torpescit; & ob id mi
nus concoquit; pariter & excrementa non expelluntur, immo cre-
scunt. De calidis huiuscemodi Hippocrates sermonem habuit,
6. Epid. quando dixit: Εν θέρμῳ φύσει ψύξις, ποτὸν ὕδωρ, ἐλλινύειν, uideli-
sect. 4. cet, quod calidis naturis refrigeratio aquae potus & quies conue-
niunt; similiter & cum scripsit: ὁκόσους δὲ δίψαι λαμβάνουσιν, τουτέοισι τῶν τε σιτίων, καὶ τῶν ταλαιπωριῶν ἀφαιρέειν, ijs scilicet minuen-
dum esse & laborem & cibum, quos ob calorem infestat sitis. Ex
quo simul clarum efficitur, frigida corpora uehementer atq. mul-
5. partic. tum exercenda esse. Porro an humida ab exercitationibus iuua-
prob. 9. men percipiant, nō immerito dubitari posset; eo quod Aristoteles

A ſcriptum reliquit, corpora humida a labore ſuffocari, quia a caliditate motus humidum in uapores conuertitur, qui mox copioſi & feruidi effecti calorem natiuum ſuffocant: attamen ratio ſecus perſuadere uidetur, quae demonſtrat humida corpora excrementis abundare, & propterea ipſis labores ualidos congruere, tum ad exuberantem humiditatem conſumendam, tum ad ſuperfluitatum copiam adimendam. Quapropter, ſicuti notat Petrus Apponenſis, ſententiam Ariſtotelis de illis intelligere oportet, in quibus quatuor concurrunt, ut ſint humidi & calidi, ut humiditas ſit multa, euaporabilis, atque circa pulmonem: tales enim ſi laborent, & multum exerceantur, periculum eſt, ne humiditas a calore intrinſeco acuto in uapores conuerſa pulmonis, & cordis regionem occupando ſuffocationem inducat. Qui ab his humidam corporis tempe-
B riem poſſident, nullum nocumentum, quinimmo egregiam utilitatem ab exercitationibus & laboribus percipiunt; aque hac ratione ex mulieribus humida temperie in uniuerſum praeditis illae ſaniorem, & minus moleſtam uitam degunt, quae diutius, & ualentius elaborant, & exercentur, ſicut & eaedem apud quas gentes & in quibus locis laborare conſueuerunt, facilius pariunt, ut ſcribit Ariſtoteles; neque uterum difficulter gerunt, cum labor ea recre- 4 de gen. aialiũ.c.6.
menta cõſumat, quae in mulieribus otioſis, & ſellularijs augentur. Quaecumque uero corpora calida ſimul & ſicca ſunt, nullo pacto exerceri conuenit; quae calida & humida, exercitationem admittunt, at moderatam, non uehementem, non citatam: frigida & ſicca ratione frigiditatis exercenda ſunt, ratione autem ſiccitatis neq. celeres, neque ualidos motus requirunt, ſed moderatos & potius
C lentos: frigida atque humida omnium maxime ab exercitationibus uehementibus, & uelocibus iuuantur, quippe quae ſuperuacaneam humiditatem abſumunt, & calorem natiuum excitant, augentque. Sic igitur de corporibus exercendis in uniuerſum determinatum ſit.

De locis in quibus exercitationes fieri debent. *Cap. X.*


ANTA eſt locorum uis, atque proprietas, quibus res in ipſis factae uarijs modis diſponuntur, ut non modo plantarum naturae, ſicuti Theophraſtus ſcribit, non modo brutorum facultates, quemadmodum auctor eſt Ariſtoteles, uerum & ipſorum hominum corpora, atque animi, ſecundum Hippocratis & Platonis ſententiam, prout in diuerſis locis uel na-

scuntur, uel aluntur, diuersis atq. mirificis condicionibus afficiantur. Quapropter maximis laudibus digni sunt ueteres medici, qui in singulis fere eorum artis operationibus locorum qualitates considerandas omni diligentia praeceperunt. Nam exstant loca, atque regiones, in quibus, si ea fiant, quae in alijs feliciter aguntur, contrarium prope finem consequuntur: id quod prae ceteris illi quoque magnopere spectare debent, qui uel sanitatis tuendae, uel boni corporis habitus acquirendi gratia propria, atque etiam aliorũ corpora exercere uolunt: qui nisi in eligendis opportunis locis ualde mentem adhibeant, saepenumero dum iuuare credunt, non contemnenda damna, neque negligendas affectiones incurrunt. Circa itaque loci ad exercendum electionem tria praecipue magna consideratione digna occurrunt; Primum est, ut sit ab optimis uentis perspiratus, & a prauis obtectus: unde loca ad septemtrionem, & orientem, a quibus salubriores aurae perflant, posita occidentalibus, & meridionalibus continuo praeferenda erunt: illa enim neque immodico calore feruescunt, neque frigore, & humore situs contrahunt, nec perniciosis uaporationibus, a flatibus adductis, inficiuntur; haec uero praeter aestum & frigus intensum, quae modo uno tempore, modo altero inducuntur, insaluberrimas perspirationes uentorum ratione plerumque patiuntur. quod si loca haberi poterunt, quae uentorum tranquillitate fruantur, quaeq. prorsus temperata sint, qualem & Hippocratis, & suã patriam exstitisse refert Galenus, proculdubio haec cunctis praestabunt: alioqui maxime curandum erit, ne uehementissime saltem ibi uenti spirent, quod corpora sese exercentium a motu, atque calore aperta facillime uentorum incursus ad interiora admittunt, atque sic postea perniciosos affectus ingenti periculo concipiunt. Atque hac ratione a uentis, & optimo caeli situ desumpta factum puto, ut alij hiemales, alij aestiuas thermas exstruxerint: nam hiemales in transtiberina regione Aurelianum Caes. fecisse, auctor est Vopiscus, quae ad meridiem expositae solis radijs attẽperabantur, & proinde hiemalibus exercitationib. ualde accommodatae erant. Aestiuas uero aedificasse Gordianum Iuniorem, scribit Iulius Capitolinus, quae inter Coelium montem, & Esquilias positae opacitatem quandam blandam, & gratissimas umbras exercentibus se praebebant. Secundum in electione loci considerandum est, ut sit apertus, non conclusus, non opacus, quoniam, ubi liberior exsistit aer, minusq. constipatus, corpora in ipso exercitata agiliora, & uiuidiora redduntur, quam si in crasso, denso, & concluso exercerentur. Atque hinc est,

2. de tu. ua. cap. 7.

A est, quod (ut libro 2. diximus) inter loca deambulationibus destinata, Vitruuius, & Cornelius Cel. magis hypetron commendarũt, quam porticus & hypogaeum, sicut & Phaedrus apud Platonem in dialogo ipsius nomine inscripto ex sententia Acumeni medici, cuius etiam a Xenophonte celebris fit mentio, deambulationem extra ciuitatem factam ei, quae in ciuitatibus efficitur, praetulit hisce uerbis: τῷ δὲ ἐμῷ καὶ σῷ πειθόμενος Ἀκυμενῷ κατὰ τὰς ὁδοὺς ποιοῦμαι τοὺς περιπάτους· φησὶ γὰρ ἀκοπωτέρους τῶν ἐν τοῖς δρόμοις εἶναι, idest, Meo autem & tuo obediens sodali Acumeno in uijs ambulationes facio: has enim dixit minorem lassitudinem parere, quam illas quae in cursibus aguntur. De hoc enim Platonis loco cum supra promiserimus, nos plura dicturos, iam occasio pollicita seruandi opportuna sese offert, eo magis quod Marsilius Ficinus, uir alioqui doctissi-

In lib. de dic. au. fac. Socrati.

B mus, dum Phaedri sententiam esse credidit, ut faciliores sint ambulationes, quam cursus, duplicem errorem turpiter commisit; tum quia textus Graeci litteram, aut non intellexit, aut sine necessitate transmutauit, dum loco τῶν ἐν τοῖς δρόμοις, perinde transtulit, ac si textus habuisset τῶν δρόμων, tum quia Phaedro, & Acumeno ridiculam prope rem se adscripsisse non animaduertit: quis quaeso adeo insulsus, & ignarus est, quin cognoscat ambulare facilius esse, quam currere? Melius igitur Ianus Cornarius, qui nuper Platonem Latinum fecit, sententiam illam interpretatus est, cum Phaedrum fecerit dicentem salubriores esse ambulationes in uijs, quam in cursibus factas. quod ut accipiendum, atque intelligendum sit, uarias inueni doctorum hominum opiniones; alij nãque arbitrati sunt, δρόμους siue cursus apud ueteres Graecos fuisse

C in urbibus uias planas, sed ob lapides stratos asperiusculas, & breues ita appellatas ob frequentiam hominum per eas ambulantium; eo pacto, quo etiam hodierna die apud multos ciuitatum uiae magis frequentatae Cursus nuncupantur. cui sententiae opitulari uidetur Hippocrates 5. Epid. ubi mentionem cuiusdam facit, qui prope cursum habitabat his uerbis: ὁ παρὰ τὸν δρόμον οἰκέων, τῆς νυκτὸς αἷμα ἐμέσας, idest, quidam prope cursum habitans nocte sanguinẽ euomuit, ὁδοὺς uero siue uias dixerunt fuisse quascũq. uias extra ciuitatem nulla arte fabricatas, nullis legibus stratas, sed inaequales, minime planas, & deniq. tales, quales uel natura, uel casu factae reperiũtur: atque ideo Acumenum magis ambulationem in uijs, quam in cursibus probasse: quoniam sicuti secundum Celsum, & ipso antiquiorem Aristotelem fortasse Acumenum in hoc secutum, τῶν περιπάτων οἱ κατὰ τὰς ὁδοὺς ἀκοπότεροί εἰσιν οἱ ἀνώμαλοι τῶν εὐθειῶν. id

lib. 1. ca. 2. 5. partic. Prob. 1. 37

est ambulationum illae minus delassant, quae fiunt in uijs inaequalibus, quam rectis, cum ambulantes per loca plana, & aequalia semper ijsdem membris laborent, ambulantes uero per inaequalia toti corpori laborem magis distribuant, & iccirco minus defatigentur; ita ambulationes per uias factae, ut pote inaequales factis in cursibus nimirum aequalibus exsistentibus faciliores eadem ratione exsistunt. Alij dixerunt τὺς δρόμυς exstitisse loca quaedam tractu breui ambulationibus dicata, similia ijs, quae in palaestra antiqui ob ambulandi commoditatem aedificabant, quaeq. ξυστοδρομίδας uocatas tradit Vitruuius, & quorum clarissimam mentionem fecit Eupolis apud Laertium in Platone, ἐν εὐσκίοις δρόμοισι Ἀκαδήμυ θεῦ, id est, in ambulacris Academi Dei umbrosis. uias uero exstitisse illas, quas paullo ante ex praedictorum opinione indicauimus, & ob id Acumenum recte sensisse, dum ambulationes in uijs minus, quam in cursibus defatigare censuit; quandoquidem Aristoteles scriptum reliquit, eos ambulando magis defatigari, qui per uias breues euntes saepe ac saepius repetere coguntur, quam illi, qui longas uias perambulantes numquam repetunt, cum illi priores modo quiescentes, modo euntes ab inaequali motione perturbentur, quod minus istis euenire perspicuum est. Hos postremos melius ceteris sensisse, semper ego putaui, non tam quod ambulatio in uijs peracta eligibilior sit, quam in cursibus, tum ob rationes praedictas, tum ob liberiorem, & puriorem aerē, qui non in locis breuibus & occlusis, sed in uijs apertis crebrius infunditur: quam quod cursum ita Platonem in Phaedro intelligere, uerisimilius est, quando & in principio Theaeteti simili uoce in eadem prorsus significatione uti uidetur sub his uerbis: ἄρτι γὰρ ἐν τῷ ἔξω δρόμῳ ἠλείφοντο ἑταῖροι τε τινες ὗτοι αὐτῦ, καὶ αὐτὸς, νῦν δὲ μοι δοκῦσιν ἀλειψάμενοι δεῦρο ἰέναι. id est, nuper enim & ipse, & isti eius sodales in exteriori cursu uncti sunt. Nunc autem uncti huc accedere mihi uidentur: quod idem innuisse uidetur Antyllus apud Oribasium. Atque hactenus de Platonis loci explicatione. Tertium circa capienda loca illis considerandum, qui ob sanitatem conseruandam, atque optimum habitum comparandum corporis exercitationibus operam nauant, est, ut omne studium adhibeatur, ne a finitimis regionibus ad exercitationis locum ulla labes emanare ualeat, quae aerem inficiens mox corpora exercitata spongiae instar quiduis recipientia labefactet: talia namque solent esse loca prope paludes, stagna, specus, lacus, syros, atque huiusmodi, quae sedula, & ingenti cura semper euitare oportet. Eadem ratione

5. partic. Prob. 1.

A tione & loca secundum mare ad meridiem aut occidentem spectantia fugienda erunt; quoniam, Vitruuio auctore, caelum meridianum per aestatem sole exoriente calescit, meridie ardet, unde exercitari sine magno incommodo nemo ibi potest. Quod si superbissimae atque innumerae illae porticus ob deambulationes, & alias exercitationes, ut supra retulimus, erectae, si amplissima illa gymnasia ad hoc a maioribus nostris magnifice exaedificata haberetur, nullus profecto locus aptior inueniri posset, qui omnibus fere exercitationum generibus magis sufficeret: sed, quoniam illorum ruinas uix nobis intueri licet, danda opera erit, ut unus quisq. locum secundum condiciones iam explicatas eligat, illud semper mēte reuoluens, quod, tametsi multae sint exercitationes, quae loca angusta, & occlusa exposcere uideantur, in ijs tamen haud parum B delectum quoque haberi debere: ut, si non omnes qualitates, aliquas saltem earum, & meliores ex ijs, quas in medium proposuimus, habeant. Quamobrem scitissime consuluit Galenus, ut domus, in qua exercitandi sunt homines, hieme calida, aestate frigida, uel semper temperata eligatur; sin minus, procuretur, ne ipso praesertim die calidior, frigidiorue sit, quam publicus totius urbis aer. Quas omnes praedictas condiciones uno uerbo complexus esse uidetur Aetius Amidenus, ubi gestationem, nauigationem, & omnem denique exercitationem in salubri loco, & puro aere fieri debere, scripsit. Aliae similiter possent indicari locorum condiciones, nempe inaequalitas situs, planities, & huiusmodi: sed, quia partim explicatae fuerunt, partim superuacaneae sunt, plurimae sub praedictis comprehenduntur, huic tractationi de loco finem C imponens temporis explicationem aggrediar, ubi prius adnotauero, cogi interdum homines sese in loco a sole percusso exercere, qui magnopere cauere debent, ne umquam sedeant, uel quiescant, siquidem Aristoteles scriptum reliquit, se exercentes sub sole magis uri dum sedent, quam dum mouentur; quoniam cum in motu sunt aerem agitant, quasique spiritu uentilantur; cum uero sedent, quia aer immotus permanet, uim solis acriorem experiuntur.

[Margin notes: lib. 1. c. 4. — 2. d. tu. ua. cap. 7. — lib 3. c. 7. — 38. partic. prob. 6.]

De-

De tempore exercitationibus apto. *Cap. XI.* D

DVo sunt temporis genera naturalia, ita ab auctoribus medicinae appellata, sine quorum obseruatione non modo res ad sanitatem pertinentes, uerum etiam actiones, atque operationes hominum omnes male infeliciterq. peraguntur: alterum est uniuersale, sub quo uer, aestas, autumnus, & hiems comprehenduntur: alterum particulare, quod singulorum dierum horas separatim complectitur. Dixi naturalia, ad differentiam accidentalium siue contingentium, quae non ita perpetuo, & firmo ordine eueniunt, sicut illa: nam tempus australe, aquilonare, boreale, nimis frigidum, calidum, aut siccum, nubilum, serenum, lucidum, nebulosum sunt differentiae accidentales inordinate, atque contingenter euenientes: de quibus in exer- E citandis corporibus in hunc modum breuiter statuendum erit, uidelicet singulas illas temporum constitutiones euitandas esse, in quibus uehementissime uenti perspirant, praesertim quando pessimi sunt, ut australes, & aquilonares plurimi, a quibus corpora motu rarefacta, & infirmata ualde laeduntur. similiter quoque fugienda sunt tempora nimis frigida, nimis calida, nimis sicca. Nimium enim frigus, cum a calore exercitatorum superari nequeat, fortius eos afficit; quia, auctore Aristotele, pingue, a laboribus con- (6. partic. prob. 6.) sumptum, calorem, & teporem seruare non potest. amplius corpora motu perspiratiora, & solutiora effecta, meatusq. per sudationem patefacti frigus intima maiore ui penetrare permittunt. accedit etiam quod sese exercentes aerem continuo permutant, ac F permouent, & iccirco, uti dicebat Aristoteles, currentes hieme ma- (6. partic. prob. 12.) gis rigent stantibus, quod aer nostra ambiēs corpora, cum stamus, ubi semel concalefactus est, nullā amplius molestiam infert; cum autem currimus, alius atque alius subinde frigidus occurrit, itaque fit, ut magis rigeamus. Pariter qui in extremis frigoribus exercentur, uehementius a rigore percutiuntur: nimius praeterea calor exerceri uetat, necnon siccitas immodica, qunniam alter calorem natiuum, & uniuersum corpus immoderate resoluit, altera magis, quam par sit, humiditates exsiccant. Tempus item exercitationibus serenum, atque lucidum eligendum erit, fugiendum uero nubilum, obscurum, crassum; quando sic aer deprauatus etiam absque exercitatione apertos corporis meatus facile subit, humoresque se cum inuehens membris non sine noxa affigit, & per consequens grauiora non sine ratione corpora reddit, animumq. de-

inceps

A inceps grauat: quod in sereno nusquam animaduertitur, quin potius ab illo corpora ad motum adiuuari, spiritusq. suapte natura luciditati amicos confirmari, & animum recreari perspicuum est. id quod Hippocratem significasse puto, ubi dixit, ἅμα ταῖς ὥραισιν μεταβάλλονται κοιλίαι, καὶ τὰ πνεύματα, uentres scilicet & spiritus temporis constitutionibus commutari. Porro de naturalibus tẽporis exercendi generibus uaria ab antiquis determinata inuenio, & primo, quantũ attinet ad uniuersale tempus, Aristoteles ex sentẽtia omniũ ueterũ auctorum censuit potius exercẽda esse humana corpora in aestate, quam in hieme, sub nomine hiemis, ut Petrus Apponensis iudicauit, autumnum hiemem & uer intelligens. Atque ad hoc credendum ea ratione permotus fuit, quod in aestate calor naturalis languidus, ac debilis exsistens minus cibos, crudosque
B humores concoquit: unde excrementa plura generantur, & ob id exercitatione calor natiuus magis excitandus, ut concoquat honestius, magisq. sudor motu proliciendus, quo excrementa illa exinaniantur, neq. intus retenta putredinem contrahant. In hieme uero, quod ualidiore exsistente natiuo calore, & per consequẽs melius cibos, & incoctos humores conficiente excrementa paucissima generantur, atque inde minus illa educi necessarium est, neque exercitatio conuenit, quae exiguam utilitatem afferens periculum magnum adnexum habet, ne scilicet aer hieme madore oppletus corpora motu reclusa illabens magnopere laedat. Ex altera parte uetustissimus auctor Hippocrates, siue Polybus tria exercitandos homines admonitos uoluit, ut lassitudinem omni tempore cauerent, ut deambulationibus matutinis corpus exercerent, ut
C hieme & frigido tempore magis ac diutius exercerentur, cessantes tamen priusquam lassitudinem, atque calorem sentirent: Hippocratem deinde secutus Soranus Ephesius, Paulus Ægineta, & alij medici multi aestate, & autumno minus; hieme & uere plus exercendum esse maluerunt, iudicantes aestate, atq. etiam autumno corpora ab ambiente aere satis exsiccata, squalentiaq. reddita haud amplius per motum arefieri debere, neque item calorem alioqui languidum, & imbecillem magis retundendum minuendumue. Galenus uero, multarum rerum, quas medici sequuntur, auctor bonus censuisse uidetur; quod sicuti corpora temperata in tẽperato tempore, nempe uere, exerceri postulant, simili pacto corpora frigida in calido, calida in frigido, humida in sicco, sicca in humido exercenda sint: quasi semper illud obseruari debeat, ut corporibus ad aliquam intemperiem declinantibus tempus atque locus

lib. de aere aq. & loc.

2. partic. prob. 21. 33 & 42.

3. de dieta.

In Isagoge medicinae cap. 5.

Lib. 1. c. 53

2. đ tu. ua. cap. 7.

cus contraria in exercendo eligantur. Neque hoc in loco praeter- D
lib. 9. epist. Epist. pen. ad Fuscũ. mittendum censeo, quod Plinius iunior scribit de exercitatione
aestatis tempore a se fieri solita, ubi a Fusco interrogatus, quomo-
do diem aestate in Tuscis dispensaret, in hunc modum respondit
» de exercitationibus: ubi hora quarta uel quincta, neque enim cer-
» tum dimensumq. tempus, ut dies suasit in xystum me uel crypto-
» porticum confero, reliqua meditor, & dicto; Vehiculum adscen-
» do. Ibi quoque idem quod ambulans, aut iacens. Durat intentio
» mutatione ipsa refecta, Paullum redormio, deinde ambulo, mox
» orationem Graecam Latinamue clare, & intente non tam uocis
» caussa, quam stomachi lego, pariter tamen & illa firmatur: iterum
» ambulo, ungor, exerceor, lauor. & paullo post. Nonnumquam ex
» hoc ordine aliqua mutantur. nam si diu iacui, uel ambulaui, post
» somnum demum lectionemq. non uehiculo, sed quod breuius, E
Plu. in lib. d tué. san. quod uelocius, equo gestor, uenor aliquando. In particulari por-
ro tempore exercitationis describendo Aristoteles aliquando mo-
tum eum (ut ipsi etiam imputat Plutarchus) qui post sumptum ci-
bum fit, commendauit, eo quod tunc calor a motu auctus cibum
mox ingestum facilius concoquat, cuius tamen contrarium euenit,
quando per motum calor a uentriculo ad uniuersum corporis am-
bitum retractus non solum non adiuuat concoctionem, quinim-
mo impedit, crudosq. & indigestos succos intra uenas rapit. Igitur
Loc. cit. si Aristoteles hanc habuit sententiam, in manifesto errore depre-
henditur, tanto magis quod Hippocrates, Galenus, & omnes deni
que probati medici uno ore pronunciarunt, semper exercitationẽ
lib. de cib. bo. & ma. succi. ante cibum esse faciendam. ὥσπερ γὰρ, dicebat Galenus, μέγιστόν
ἐστιν εἰς τὴν ὑγιείαν τὸ πρὸ τοῦ σιτεῖσθαι γυμνάσιον, οὕτω καὶ βλαβερώ- F
τατον ἐπὶ σιτίοις ἡ πᾶσα κίνησις. idest, quemadmodum enim ad sa
nitatem maxime conducit ante cibum peracta exercitatio, ita qui-
uis motus post cibum perniciosissimus exsistit. Nam dum exercita-
tio cibos praecedit, duplex ac utraq. insignis succedit utilitas, alte-
ra quod calor natiuus excitatur, augetur, & ad futuram concoctio-
nem perbelle praeparatur, altera quod succos utiles in uniuersum
corpus, prout destinati sunt, optime distribuit, excremẽtis faciliorẽ
exitum praebet: quae alioqui si retineantur, obstructiones, ac mul
tos alios morbos retuso natiuo calore progignere solent. Ex ad-
uerso si post cibum quis exercitationes adeat, nedum uniuersi cor-
poris habitui innumerae cruditates infarciuntur, uerumetiam uni
uersalis succorum coctio impeditur. id in omnibus euenire testa-
tus est Teophrastus, ubi, quae coquuntur, a motu impediri hunc
in

A in modum scripsit, ἐπεὶ καὶ τὰ ἑψόμενα κωλύεται, μὴ ἐν καιρῷ κινούμενα. Quocirca magnopere damnandi sunt Erasistratus, atque Diocles, qui falsis rationibus decepti sanguinem excreantes phthisicos, aliosq. plurimos ualetudinarios deambulationibus post cibũ exercebant. Quae tamen de motu uehementiore intelligenda puto, quod Auicennas exiguum a cibo motum in uentriculo melius eum accommodare, praesertim quando mox dormiendum est, docet. quod etiam Aristotelem significasse consentaneum est, ubi scripsit, ambulationem post cenam efficere, ne ad os uentriculi supernatent edulia. Tria tamen hoc in loco obseruanda esse iudico: primum est, ut nullus exercitationem moliatur, nisi prius excrementa per nares, os, aluum, & uesicam expulerit, cum haud tutam esse exercitationem non inanito corpore clament Galenus, & Aui B cenna, & ad haec etiam hesternus cibus apprime concoctus sit; quoniam si prius uel posterius quis exercitationem adeat, aut crudis humoribus, uarijsq. recrementis implebitur, aut pallidae bilis prouentum augebit. cognoscetur autem cibum iam concoctum esse, tum ex eructationibus, tum ex urinis, quae dum albidiores sunt, abstinendum a motu demõstrant, dum uero ex albidis flauiores euaserunt, iam tempus exercendi adesse indicant. Secundum obseruandum est, ne stomacho immodice uacuo ac plane esuriente labor, uel exercitatio obeatur: quoniam hoc pacto eueniet, ut ingestus cibus, nec dum accomodatus concoctusue a stomacho rabiente, & consequenter a membris ualde famelicis auide nimis rapiatur, & proinde cruditates, & obstructiones innumerae suboriantur. quod probe intelligens Hippocrates dixit, ὅκου λιμὸς, οὐ πονητέον, C idest, ubi fames, laborandum non est. Tertium obseruandum est, ne statim post exercitationem cibus assumatur, sed modica interijciatur mora, quousq. feruor remittitur, & agitatio corporis iam sedata appareat. id quod Spurinam senem in sanitate conseruanda diligentissimũ obseruasse semper, auctor est Plinius iunior: quodq. Galenus & ab Erasistrato, & ab alijs antiquioribus medicis confirmatum fuisse, scribit; crassi tamen qui tenuiores fieri student, excipiendi sunt, quos Hippocrates siue Polybus anhelantes ab exercitatione cibum capere consuluit in libro de salubri diaeta. Aristoteles quoque hoc ideo non esse faciundum censuit, quoniam corpus statim post exercitationem adhuc purgatur a labore nondum quiescit, & praeterea excrementa citata redundant: unde nec fames tũc oritur, neque calor cibo coquendo uacare potest. ob quod minus etiam exercitati debent statim frigida lauari, aut uinum, uel aquam

2. de ca. pl. cap. 20. Coel. Aur. lib. 2 chro c. 13. & 14.

2. de tu. ua. cap. 2. lib. 1. fen. 3 doc. 2. c. 3.

2. aph. 16. Auic. li. 1. fen. 3. trac. 2. cap. 3.

6. epid 3. 6. Epid. cõ. 3. aph. 2

partic. 5. prob. 28. & 30.

frigidam

frigidam potare: a frigida enim lotione hominem laedi metus est, D ut pote qui iam ex multa exercitatione, & rarior est redditus, & uacuus; uinum similiter caput exercitatis statim exhibitum uehementer ferit, qua ratione illud prorsus euitabant athletae post exercitationes, si Galeno credimus: frigidum autem ualde quodcumque exercitationes illico assumptum uentrem, & iecur offendit; nonnullos item neruis oblaesos, atque alios subito mortuos, quod post uehementem exercitationem uinum frigidum ualde biberint, refert Galenus. De hora autem diei particulari, in qua homines sani, de quibus fere tota est tractatio, exercitationibus corporis ualetudinis gratia operam nauare debent, ita decretum apud Galenum, & Auicennam reperio, Vere meridianam horam eligendam esse, quando aeris status temperatior exsistit: Aestate matutinam, ut diei aestus, quantum fieri potest, euitetur; quam horam in deambulando commendasse simpliciter uisus est Hippocrates, quamq. semper adamasse Alexandrum Macedonum regem, apud Plutarchum legimus: dum is reiectis obsoniorum artificibus longe se commodiores secum afferre, nempe matutinam ambulationem ad condiendum prandium, & prandij tenuitatem ad condiendam cenam dictitabat: Autumno & hieme uerspernam, nisi uel cibus mane sumptus, uel quid aliud uetat. Nam cum hisce temporibus mane aer frigidior sit, aliaeq. diei breues admodum partes in negotijs necessarijs consumantur, & praeterea cibus quantumuis exiguus mane sumptus non posit, nisi uespere, cōcoctus esse, ea sola hora exercitationibus apta ab antiquis probata est; unde Marcus Antoninus Imperator, qui ualetudinis omnium fuit studiossimus, breuissimis diebus, ut refert Galenus, sole occidente palaestram (ubi pila, cursu, F & pugillatu se exercuisse puto, quando huiuscemodi exercitationes ipsi summopere placuisse, atque in ijs plurimum ualuisse, scribit Capitolinus) ingrediebatur: longissimis autem hora nona, aut ad summum decima: Quam horam una cum octaua fere communem omnium hominum in exercendis corporibus fuisse, testari uidetur Martialis, ubi quomodo Romae diei horae dispensarentur, ad Euphemum ita scribit.

3. de sal. dieta 22.

2. de acutis

li. 3. de die.

6. de tu. ua. cap. 5.

lib. 4.

Prima salutantes atque altera continet hora,
Exercet raucos tertia caussidicos,
In quinctam uarios extendit Roma labores,
Sexta quies lasis, septima finis erit.
Sufficit in nonam nitidis octaua palaestris,
Imperat exstructos frangere nona thoros,

Hora

A *Hora libellorum decima est Eupheme meorum,*
Praeparat ambrosias cum tua cura dapes,
Et bonus aetherio laxatur nectare Caesar,
Ingentiq. tenet pocula plena manu,
Tunc admitte iocos, gressu timet ire licenti,
Ad matutinum nostra Thalia Iouem.

quamuis alios etiam fuisse constat, qui hora ab octaua diuersa exercerentur: ut de Alexandro Seuero imperatore prudentissimo constat, de quo scribit Lampridius. Quod si necessitas cogeret, ante » lucem actibus operam dabat. Post actus publicos seu bellicos, seu » ciuiles lectioni graecae uariorum auctorum operam dabat; post » lectionem, palaestrae, aut sphaeristirio, aut cursui, aut luctationi- » bus mollioribus incumbebat, atque inde unctus lauabatur, ita ut » B caldarijs uel numquam, uel raro, piscinis semper uteretur, in eaq. » una hora prope maneret: biberet etiam frigidam claudiam ieiunus » ad unum prope sextariũ. Egressus balneis multum lactis & panis su » mebat, oua deinde, mulsum, atq. his refectus aliquando prandium » inibat, aliquando usq. ad cenam differebat, pransus est tamen saepius. Horatius quoq. paullo diuersius, & se ipsum, & alios libere uiuentes in exercitationibus efficere solitos, attestari uidetur, ubi post multa haec scribit.

Lib. 1. ser. Sat. 6.

Ad quartam iaceo, post hanc uagor, aut ego lecto,
Aut scripto, quod me tacitum iuuet, ungor oliuo,
Non quo fraudatus immundus Natta lucernis,
Ast ubi me fessum sol acrior ire lauatum
Admonuit; fugio rabiosi tempora signi
C *Pransus non auide, quantum interpellet inani,*
Ventre diem durare; domesticus ocior, haec est
Vita solutorum misera ambitione grauiq.
His me consolor uicturum suauius, ac si
Quaestor auus, pater atque meus, patruusq. fuissent.

Illud tamen hoc in loco nequaquam praetereundum existimo, quod maiores nostri, quorum maior pars uel exiguum quid, uel nihil omnino mane manducabant, semelq. tantum in die saturabantur, hora octaua diei, uel nona commode exerceri poterant, aut etiam occidente sole. Ceterum aetate nostra, quando uix unũ, aut alterum est inuenire, cui non sit in more positum & uespere, & mane cibis saturari; nulla in omni tempore opportunior apparet hora, quam matutina, paullo ante cibi sumptionem; nimirum cum corpora leuiora & ab excrementis magis libera, magis

ob praeuium somnum ualida, magis denique a quibus uis impedi- D
mentis soluta sunt, & praeterea minus imminet periculum, quin ex
ternus cibus probe confectus sit: sicut contra in uespere, cum non-
dum cibus concoctionem assecutus est, corpusq. superfluitatibus
magis redundat, magisq. grauatur, potius quiescendum, quam ex
li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 3. ercendum esse, quisque uidet: uti quoque animaduertisse Aui-
cennam arbitror, ubi dixit: In hieme uero rationi conueniens
erat, ut fere usque ad uesperam tardaretur, sed alia prohibentia hoc
uetant. Erit itaque fere perpetuo nostris hisce temporibus mane
ante cibum quibuslibet sanis adeunda exercitatio, sique ullus
auctor inuenietur, qui post cibum exercitationem commendet,
modo prudenter consulat, non gratia sanitatis, aut habitus boni
comparandi illud facere, sed potius gratia alicuius particularis af-
fectionis curandae cognoscetur. Est & aliud hoc in loco magnope E
re considerandum, ueteres tam Romanos, quam alios multos sem-
per dies, atque noctes separatim in duodecim horas partitos esse,
atque alias diei maximas ut in aestate, alias minimas, ut in hieme,
alias aequinoctiales uocasse: numerum autem hunc scribit Gale-
Lib. de cuiusque animi pec. notitia atque medela. c. 5 nus tamquam omnium utilissimum ab ipsis delectum esse, quo-
niam dimidium continet, & duplum, & quartum & sextum, &
duodecimum: quae nullus alius post ipsum numerus usq. ad uigesi
mum quartũ continere uidetur. Vnde ne quis horas diei antiquo-
rum easdem cum Italicis, & multis alijs nostrorum temporum esse
putans errandi in exercitationibus, aut alijs occasionẽ habeat, hanc
horarum partitionem apud ueteres in usu habitam memoria tene-
re debet: sic enim & consuetudines probe iudicare, & antiquas no-
uis accommodare facile poterit. F

Quanta fieri debet exercitatio. *Cap. XII.*

EX ijs rebus, quae medicorum artem coniecturalem, &
paene incertam efficere a multis creduntur, praecipuam
remediorum omnium adhibendorum mensuram esse,
semper putatum fuit; quam nonnulli antiquorum ali-
quando tanti fecerunt, ut quasi eius cognoscendae spe deiecti me
dicinae opera exercere recusauerint. Quapropter & medicinae
professores, & illi qui exercitationum ope sanitatem tueri student,
omni cura, & diligentia opus habent, quo actionum suarum men-
suram, & quantitatem cognoscant, sine quibus incredibilia erra-

A ta committi solent, & plerumque (utar Plinij uerbis) inscitia capitalis euadit. cumque nos exercitationis totam artem tradere profiteamur, iam quantum unusquisq. exercere debeat, monstrare conabimur. Et ne singula explicantibus nimis diuagetur oratio, uniuersa quantitatis exercitationum tractatio ex his constabit, Quis esse debeat exercitationis communis terminus: Quantum fortes, quantum debiles, quantum senes, quantum uiri, quantum pueri, exerceri debent; quantum hieme, aestate, uere, & autumno; quantum temperate uiuentes; quantum humidi, calidi, frigidi, & sicci; quantum ualetudinarij; quantum non assueti. his etenim cognitis nihil, quatenus ad praesens caput attinet, desiderare iure poterit. Sed antequam rem aggrediar, adnotandum duco, de corporibus aegris non futurum sermonem; tum quia paucas exercitationes

lib. 30. c. 1.

B requirunt; tum quia secundum morborum uarietates uariantur exercitationum species, atque mensurae; & iccirco certa ratione definiri nequeunt. Terminus igitur exercitationum communis, quem Galenus, Oribasius, Auicenna, & Aetius Hippocratem secuti docuerunt, duplex est; unus, quando scilicet uapor sudori aliquantisper permixtus sentitur, uenae intumescunt, atque anhelicus permutatur: cum enim ab exercitatione duo requirantur, membrorum robur, & caloris auctio, qui succos concoquat, concoctos nutriendis membris distribuat, atque demum inutilia disipet, nisi exercitatio tanta sit, & ad similem terminum perueniat: neque bene, neque perfecte illa omnia obtineri possunt. alter terminus est, ut tamdiu exerceatur unusquisque, quamdiu color floridus eius faciei, & corpori ingeneratur; motusque acriter, aequabili-

5. de locis aff. cap. 5. li. 6. c. 11. li. 1. fen. 13. doc. 2. c. 3. lib. 2. c. 3. 6. epi. cō. 2

C ter, & concinne edit; nec ullam effatu dignam lassitudinem percipit. quod si calor euanescere incipiat; uel corporis moles paullo contractior uideatur; uel lassitudo iam immineat: illico desistendū est; ne, si ulterius progrediatur, corpus plus iusto gracilescat: boni succi una cū malis exhauriātur: & tandem calor naturalis debilior reddatur; & ideo loco roboris acquirendi uires potius destruantur. similiter ubi motuum alacritas, aequabilitas, uel concinnitas remitti quippiam collabiq. cernitur: utique statim desinere oportet; itidem si in sudore accidat ulla qualitatis eius, quantitatisue mutatio, quippe quem, & copiosiorem semper, & feruidiorem edi par est, prout motus uehementiores fiunt. cum igitur is aut minor, aut frigidior redditur, tum scito corpus exhauriri, refrigerarique, & siccari plus iusto. & proinde corpori exercitando diligenter attendere conuenit, ut, quando praedictorum signorum aliquod ap-

parere iam incipiat, protinus exercitatio dimittatur. Atque hi D
sunt communes quidam termini, quos magna sese exercentium
pars continere debet. Succedunt postea particulares, pro quibus
ita decretum uolo, quod ualidi diutius ceteris (nisi quid aliud ob-
stet) exerceri possunt, quamuis etiam uires aliquantisper fatisce-
rent; nimirum quae facillime resurgere possunt. debiles parum
certe exerceri oportet, alioqui si in his uires uel tantillum patian-
tur, difficulter, & longo tempore reparantur; & iccirco sat ipsis
erit incalescere citra sudoris principium. Senes dum se exercent om
ni cura sudorem effugere debent; nempe sicci, & aridi exsistentes
ita maiorem siccitatem contrahunt; praeterea cum iam dixerimus,
exercitationes in iuuentute consuetas in senectute congruere, hoc
in loco sciendum est, semper senes minus quam iuuenes solebant,
exercendos esse, omninoque lassitudinis sensum effugiendum, ter E
minumq. exercitationis eorum famis excitationem ponendum, si-
cuti Socratem iam senem se exercitare, donec esuriret, solitum le-
gimus. Viri, sub quibus comprehenduntur omnes intra adole-
scentiam & senectutem exsistentes, moderatas exercitationes po-
stulant: uel enim offenduntur, si plus iusto exerceantur, uel pau-
cum omnino fructum capiunt, si minus, uel utroque modo pra-
uum aliquem habitum contrahunt: quocirca terminus commu-
nis iam expositus his omnibus mirifice aptabitur. Pueri a primo
usque ad tertium aetatis septenarium multis laboribus probe suf-
ficere possunt. quocirca & incalescere, & anhelare, & sudare &
aliquantisper defatigari ipsis impune conceditur: excrementis e-
nim plurimis ob uiuendi imprudentiam exuberantes a sudoribus,
& laboribus multis iuuantur; uiribus autem ualidis pollentes a F
leuibus defatigationibus minime offenduntur: haud tamen mo-
dum in labore pueros umquam excedere conuenit, & tanto mi-
nus, quanto primo septenario uiciniores exsistunt, siquidem in-
tempestiua exercitationis duritie corporis pueri adauctum, a na-
tura quam maxime comparati inhibetur auctio, ob quod pae-
dotribas nonnullos sui temporis damnauit Galenus; quod plus
aequo pueros exercerent. similiter & Aristoteles improbandos
iudicauit Laconas, qui nimijs laboribus, & exercitationibus
pueros efferatos reddebant, sicut & illas nationes, quae athleta-
rum habitum laboribus in pueris generare studentes eorum cor-
pora deformabant, augumentumq. impediebant. Nā inter eos, qui
Olympia uicerunt, duo, uel tres tantum exstiterunt, qui ijdē adole
scentes, & uiri sint uictoriā consecuti, quod per uiolentas, & pluri-

1. de tu. sa. c. x. 7. pol. cap. 4.

mas

A mas pueris adhibitas exercitationes una cum auctione corporis robur, atque uis auferebatur. multum itaque exerceri poterunt pueri, sed non immoderate. Hieme multum exercendum, citra tamen sudorem, ne frigus magis obsit, & quo ad uniuersum corpus incalescat. Vere plus, & usque ad sudorem. Autumno minus, minime omnium aestate; quando, (quidquid dixerit Aristoteles) neque sudare, neque incalescere, neque defatigari omnibus ab ambiente aere satis & defatigatis, & debilitatis expedit. Qui temperatam uitam degunt, etsi paucis superfluitatibus abundent, & iccirco minori exercitatione indigere secundum Galeni sententiam uideantur, nihilominus & ipsi moderate exerceri debent, ne otio torpescentia membra, caloruc sopitus proprium, & naturalem habitum remittant, neue excrementa etiam intempera- In lib. de cibis bon. & ma. suc.
B te uiuentibus necessario genita retineantur. Incontinentes autem sicut multa excrementa, multosque humores superuacaneos aggregant, ita multis exercitationibus ac laboribus opus habent, quae humores illos excrementaque absumant, quaeue profundos somnos inducentia felicius concoctionem adiuuent; siquidem Galenus fossores & messores, ideo a prauo uiuendi genere minimum quid offendi sentit; quoniam a laboribus in profundos somnos demissi etiam deterrima probe coquunt, & ad meliorem naturam reducunt; ideo isti, modo uel crudorum in corporis ambitu latentium humorum copia, uel uirium debilitas, quae hos plerumque comitari solet, uel aliud quid non prohibeat, quanto plus & diutius exercebuntur, tanto magis sibi consulent; siue incalescant solum, siue sudent, siue etiam leuiter defatigentur. Humi- 1. de alim. fac.
C da corpora multam exercitationem requirunt, quo a motus multitudine humiditas nimia exsiccetur; unde ista tamdiu exerceri poterunt, donec sudor citra uirium defectum largus effluxerit, sicca minus exerceri debent, neque umquam calorem, sudoremue in exercendo se exspectare. Frigida quoad tota se calefacta percipiant, exercitari expedit. Calida uero parce exercenda sunt, nec umquam aut sudorem, aut incalescentiam, aut insignem anhelitus mutationem in ipsis exspectare decet. Calida praeterea, & sicca exigua, uel nulla exercitatione gaudent, ne tam caliditas, quam siccitas simul augeantur. Frigidis, & siccis ratione frigiditatis, & usque ad manifestam incalescentiam exercitatione opus est; ob siccitatem a sudore ualde cauere debent. Calida, & humida moderata exercitatione uti conuenit, quoniam pusilla humiditatem superfluam non diminuit; multa nimis eliquat, & calefacit, indeque

morbosas fluxiones parere solet. quocirca uehementem anhelitus D alterationem, uehementemq. calefactionem ea effugere necessum est. Frigida porro & humida eatenus exercenda sunt, quatenus anhelent, incalescant, atque etiam paullisper sudent. Summatim huiuscemodi corpora omnium maxime exercenda erunt, ita namq. excrementitiae humiditates, quibus oppleta sunt, inaniuntur, calor naturalis excitatur, & perbelle concoctiones omnes perficiuntur. Demum ualetudinarios, qui mox a morbis resurgunt, exigua admodum exercitatione uti debere, nemo ignorat; quoniam horum uires infirmae ualde exsistentes, calorque debilis, & membra exsiccata, si multa exercitatione agitentur, non possunt non summum detrimentum sentire: proinde isti intra anhelitus mutationem, intra caloris aduentum, intra denique defatigationem quamlibet exercendi sunt: prout tamen isti reficiuntur, ui- E resq. crescunt, & meliusculi esse coeperunt, adijcere debent exercitationes. Postremo qui exercitationibus inassueti sunt, cum prauam illam consuetudinem deponi debere iam ostenderimus, prius expurgari ab humoribus, & superfluitatibus ex segnitie ortis secundum Galeni consilium debet, alioqui periculum imminet, ne a fluxionum perniciosis morbis protinus tententur: deinceps primo parcissime exercendi sunt per aliquot dies, postea exercitationis modus paullatim augendus, quousque ad terminum illum peruentum sit, quem inassuetis sufficere, & citra ullam molestiam calefacere experientia docuerit: eo semper (quod supra quoque demonstrauimus) animaduerso, omnibus immodicam exercitationem nocere, nempe quae pueris incrementum adimit, & membra colliquat; uiris inaequales intemperies gignit, atque febrem in- F terdum, sicuti de illo immodice exerceri coacto narrat Galenus in libro de caussis praeinchoantibus; senibus immedicabiles lassitudines, atque siccitates parit; omnibusque tandem aliquid semper boni effluere facit. Quamquam Aristoteles ij. ethic. ad Eudemum libro, ubi uirtutem medium esse probat, excessum in exercendo defecto magis laudat, sicut in cibo contrarium, οἷον (inquit) καὶ περὶ τὸ σῶμα ἐν μὲν τοῖς πόνοις ὑγιεινότερον ἡ ὑπερβολὴ τῆς ἐλλείψεως καὶ ἐγγύτερον τοῦ μέσου. ἐν δὲ τῇ τροφῇ ἡ ἔλλειψις ὑπερβολῆς & quae sequuntur. Immodicae autem exercitationis haec signa sunto, dum articuli calidiores effecti sentiuntur; dum uniuersum corpus aridum, & inaequale apparet; dum in motu sensus doloris cuiusdam ulcerosi suboritur; dum labor coacte, & non sponte dimittitur; dum post sudorem pallor succedit, sicut in athletis im-

Galen. 3. de symp. cau.

38. partic. prob. 5.

modice

A modice exercitatis euenire consueuisse auctor est Aristoteles; dum insolita denique, ac ualde molesta lassitudo percipitur. Tota itaq. quantitatis exercitationum ratio his omnibus a nobis praescripta sit. Quod si multa particularia a quoquam reperientur, quae a nobis aut ignorata, aut praetermissa uideantur, illud sciat, nihil quod ad uniuersam artem necessario pertineat, esse, quin uel explicite, uel implicite a nobis comprehensum habeatur, quamquam etiam multae exercitationes sunt, quarum quantitatis terminum non expressimus, quod a termino illo communi praescripto eorum mensuram accipi uolumus.

De modo exercendi. Cap. XIII.

B PRAETER locum, tempus, & quantitatem, quae in obeundis exercitationibus summa cura obseruari debere demonstrauimus, adest & modus, qui ut in illis ipsis, sic in plerisq. alijs rebus recte peragendis tantum potest, ut, nisi is adhibeatur, cetera omnia superuacanea reddantur, infinitisq. prope erroribus iã uia latissime pateat. Qua de re maxime ad huius tractationis absolutionẽ pertinet, ut modũ, quo antiqui in exercendis corporibus tenuerunt, quoque temporibus nostris unusquisque sanitatis studiosus uti non sine fructu potest, & debet, apertum breui sermone faciamus. Modus igitur, quo ueteres ad sanitatem usos legimus, fuit is, quem Oribasius Pergamenus Iuliani Impera. medicus, Aetius Amidenus, & Arabum doctissimus Auicen. in medium attulerunt. Viri namque & iuuenes exercen- C di ubi lotio perfecta concoctio apparebat, faecibusq. aluum exonerauerant, maior pars sese exsuebant, mox fricabantur mediocriter, usque quo floridus color in summa cute residens, & artuum flexibilitas atq. ad omnem motum agilitas persuadebant; perfricati oleo dulci inungebantur; quod ut magis artus quoslibet penetraret, manibus undequaq. prementibus, & explanantibus apponebatur; ab unctione qui luctatione exerceri uolebant, aut pancratio, puluere conspergebantur, alij protinus in exercitationem, prout cuique altera alteri utilior atque gratior apparebat, descendebãt, peracta exercitatione paullum quiescebant, deinde strigilibus, uel asperiusculis pannis strigmenta a corpore eradebant, quo facto aliquando rursum fricabantur, ἀποθεραπευτικὴ dicta frictione, similiterq. ungebantur alias in sole, alias ad ignem, ut Cornelius Celsus testatum facit: sicq. fere semper balneum ingrediebantur

6. colle. ad Iul. c. 15
Libro. 1. ser. 3. c. 2.
Lib. 1. fen. 3. cap. 3.
lib. 1. c. 1

tur conclaui quam maxime alto, lucido, & ſpatioſo, rarius ſeipſos D
induentes ad capiendum cibum accedebant. Atque hic totus erat
modus, quo uel in gymnaſijs publicis, uel in priuatis locis maior
pars liberorum hominum, & eorum qui ualetudini curandae & bo
no habitui comparando ſollemniter incumbebant, frequenter ute
batur. Nec quiſquam miretur, quomodo liberi homines ſingu-
lis diebus tot corporis curis occuparentur, quando omnes homi-
nes, nedum clariores quotidie defricari ſolitos, multi auctores, &
praeſertim Columella trigeſimo ſexto lib. cap. memoria manda-
runt. de quo defricandi more & modo, ſi Deo placuerit, ali-
quando tractationem huic adijciemus. Ceterum uerisimile ſit quã-
plurimos alios extitiſſe, qui uel negotijs publicis, priuatisq. impedi
ti; uel neceſſarijs uariarum artium operibus detenti; uel aliqua ua-
letudinis ratione coacti hoc pacto minime exercerentur, ſed frictio E
nibus, & unctionibus dimiſsis quaſcumq. poterant exercitationes
amplecterentur; ſicuti & multi reperiebantur, qui praedictarũ cauſ
ſarum aliqua nullo modo exercitationibus uacandi otium habe-
bant; quibus omnibus exactiore uictu, & ſanis medicamentis opus
eſſe tradit Galenus. Verumenim uero cũ aetate noſtra gymnaſia il
la ob exercendi commoditates ab antiquis fabricata in uſu deſie-
rint eſſe, neq. gymnaſtas, & paedotribas, neq. aliptas, & renuncto-
res habeamus, a quibus fricandi, ungendi, tandemq. quomodouis
exercendi modos, atq. commoditates quaeramus, ſat erit illis, qui
aliqua neceſſaria occaſione impediti libere ſeſe exercendi otiũ ne-
quaquam habent, ut potius quomodocumq. poſſunt, exerceãtur,
quã ſemper in cõſummata quiete degant; modo tamẽ hoc unũ ob- F
ſeruent, ne ſtatim a cibo exercitationes eas quas gratia ſanitatis fa-
cere uolunt, ſolicite nimis adeant, ſed ſaltẽ aliquot horas interpo-
nant, quo minus quã fieri poteſt nocumentũ inde ſequatur. Porro
qui ſuae ſpontis ſunt, & maiori otio propriorũ corporũ curae libe-
re uacare queũt, haec omnia diligenter obſeruare debent, primo ut
corpus tũ a faecibus & urinis, tũ a muccis & ſputis accurate emunda
re, caput pectere, manus, & faciẽ abluere ſtudeãt, ne excrementa in
uarijs corporũ cauitatibus, atq. in ipſo ambitu latẽtia, a motu excita
ta uaporationib. offendant; ſtrictisq. meatibus nonnũquã infarcta,
aut exercitationis calore eliquata obſtructiones, fluxionesq. diuer-
ſas pariãt. Secundo ut corpus ijs indumentis obtegant, quae laborẽ
ipſi ſuperaddere nequeãt, quaeue interim a uentis, ſi qui erunt, uel
a frigore tueantur; aut etiã ſi aeſtus urgeat, feruorem nullo pacto au
gere, ſiue fouere queant; nam indumenta niſi exercitandis pruden-

lib. 1. de cibis bon. & ma. ſuc.

A ter accōmodentur, praeter impedimentū, quod laboraturis in motu praestare solent insigne, faciunt quoque, & ut sine motus debita mensura sudēt, & alia incōmoda sustineant; si quidem sudor ita indutorum sine motu multò eueniēs, veluti Aristoteles disputat, deterior est eo, quia labore emanat. & huius argumētum est, quod ita sudantes decoloratiores euadunt, cum humor per summa corporis passus, atque incalescens ab externo aere refrigerari non possit, & inde pallorem facile contrahat, simulq. corporis perspiratio a qua gratus calor emanare cōsueuit à uestimentis inhibeatur. Tertio obseruandum erit, ut remisse, ac leniter unusquisq. exerceri incipiat, deinceps eius intētionem augeat paullatim, usquequo ad terminū, qui sibi conueniens uidebitur, perueniat, atque uehementiam rursum pedetentim remittere eatenus conetur, quatenus sibi iam satis B sese exercuisse doctus experientia sentiet: nam subito ab intēsis exercitationibus incipere, non solum imbecillibus, sed etiā robustis corporibus summe perniciosum iudicauit Galenus. Quarto iis, qui inter exercendum sudant, curandum erit, ut peracta exercitatione uestes sudore madefactas exsuant, & siccas resumāt, idque si fieri poterit in loco tepido, aut temperato, aut saltem neque frigido, neque uentis perflato. si etenim humecta illa indumenta retineantur, facile est carnibus a calore relaxatis iterum sudores imbibi, sicq; denuò corporis meatus obstruitur; praeterquam quod panni madidi mox frigefacti horrores, fetores ac alias molestias inducunt, atque inde febres interdum oriri solent. Quincto obseruandum erit, ne (sicut etiam supra admonuimus) post exercitationem quam primū quieti sese dedat, aut cibum sumat, sed blando, & valde remisso potius ali C quo motu vtatur, tātumque a capiendis cibis abstineat, quoad perturbatio illa, quasiq. corporis fluctuatio aestuatioue, ab exercitatione genita prorsus cessauerit, eiq. tranquillitas quaedam, & leuatio successerit. Totus itaque erit exercitandi modus & ordo, primo corpus a superfluitatibus quibus vis emundare, caput pectere, manus & faciem abluere, se accommodate induere, tardos, & remissos motus incipere, ad celeriores, & uehementiores procedere, iterumque paullatim remittere, madefacta sudore indumenta exuere, blande postremo moueri, & sedata exercitationis perturbatione cibum capere. Atque haec de vniuersali exercitationum speculatione, & methodo disputata sufficiāt. Restat modo particulares singularum exercitationum naturas, atque effectus enarrare. quod in sequentibus libris, quantum fieri poterit, plene praestare conabimur.

2. parti. pō 30. & 38. partic. problē. 3.

In con. de pu. epilep.

Explicit Liber Quartus.

AR-

ARTIS·GYMNASTICAE
LIBER. QVINCTVS

De ordine agendorum, & de nonnullis scitu dignis. Cap. I.



Icuti nullus ab exercitationum particularium cognitione fructus exspectãdus esset, nisi recta atque uniuersalis methodus, quam superiori libro abunde satis (ni fallor) tradidimus, optime possideretur; Ita profecto illa infructuosa, ac prope modũ vana euaderet, nisi haec particularium fere omnium exercitationum tractatio, quam aggressuri sumus, illi connecteretur; siquidem incerta, ac E fallax ea cognitio videri potest, qua exercitatio vniuersali quodam pacto accepta iuuare intelligitur. sed si qualis exercitatio, quod nocumentum, quamue commoditatem praestare idonea sit, cognoscatur, proculdubio nihil amplius relinqui cõstat, quod exercitationum quarumuis scientiam optantis animum explere iure debeat. Et iccirco ne inchoata a nobis gymnasticae tractatio imperfecta relinquatur, in sequẽtibus singulos exercitationum iam enarratarum effectus prosequemur; atque hos cum ex antiquorum auctorum cõprobatis experientia testimonijs, tum ex rei ipsius natura inspecta, quam esse ueram condiciones rerum inueniendi rationem scripsit 11. Metho. Galenus, dicere conabimur. Et ne citra ordinem totus futurus sermo uagetur, ita materiam huiuscemodi declarare instituimus, ut primo commoda in corpora humana ex unaquaque exercitationis F specie emanantia, deinde incommoda sigillatim explicentur: nam illud, quod quãplurimis medicamentis euenire usu comprobatur, ut si alicui corporis parti, & affectui prosunt, alijs noceant, in exercitationibus item contingere, nemo ignorat. In explicandis praeterea vtilitatibus, atque damnis a membris superioribus principiũ sumentes, ut plurimum in ultima, atque infima seriatim terminabimus, prius tamen illis enarratis, quae nullum corporis particulare membrum respicere uidebuntur. His autem sic pertractatis, duo me saltem peracturum esse spero: Alterum ꝙ maiori facilitate, firmioreque cognitione quicumque haec legent, animis eorum insidebunt: Alterum ꝙ habito a ualetudinis studiosis exercitationum assiduo delectu, uel nulli errores, uel quam paucissimi committentur, sicque demum multi eorum perniciosorum morborum euitabuntur,

A buntur, quos desidia, laborum abstinentia, ac exercitationis ignoratio non contemnendos, quosq. intempestiuus exercendi usus continuo parere solet: illud nanque a natura comparatum esse norunt omnes, ut illa, quae corporibus nostris admota insigniter conducere animaduertuntur, eadem plerũq. magnum detrimẽtum inferant, si uel nullo pacto, uel prauo ordine, atq. omnino importune adhibeantur. quod etiam in exercitationibus ipsis fere contingere, iudicauit Galenus, ubi scriptum reliquit, eos, qui ante cibos, atque opportune sese exercent, haud exquisita victus ratione opus habere, quin interdum Naturae in ualetudine commissos defectus corrigere, quemadmodum ex aduerso illos, & accuratiore uictu, & assiduis medicamentis indigere, insuperque natiuam sanitatem corrumpere, qui neque ante cibos aliquo pacto, neq. ordine, ac tempore seruatis exercitationes adeunt. (In lib. de cibis bon. & ma. suc.)

B Cum itaque tali ordine, quae ad uniuersam gymnasticam perficiendam supersunt, praedictis adiungere propositum mihi sit, id ante cetera praefari operepretium esse duco, nos in superioribus gymnasticam facultatem non in curatiua, sed in conseruatiua medicinae parte collocasse. Et tamẽ omnes ueterum medicorum sectas, ac praesertim Methodicos, quorum principes Asclepiades, Themison, & Soranus exstiterunt, in cunctis fere diuturnis morbis curandis exercitationes aliquas magnopere commendasse, ut ex libris Cornelij Celsi, qui Asclepiadem in multis secutus fuit, necnon Coelij Aureliani methodici, atque Aretaei clarissime intelligere licet. (De chroni.) quod similiter Galenus, & qui Galenũ in dogmaticorum secta sunt imitati, magna ex parte confirmarunt. Sed ne uel me, uel illos omnes errasse quis putet, ita sententias no-

C stras accipi debere uolo, q. s. gymnastica principaliter circa sanitatis conseruationem uersatur, consequenter circa curatiuam: nullam etenim exercitationem, qualiscumq. sit, usquam reperies, quin in sanis corporibus absque noxa administrari queat, at paucis quibusdam exceptis, nimirum ambulatione, gestatione, uectione, ac similibus, uix una aut altera inuenitur, quae aegrotantibus impune cõcedi queat; immo illa, quae adhibentur potius ut remedia, quam ut exercitationes commendantur, cum in sanis omnes exercitationes solum fiant, quo bonam ualetudinem tueantur, optimumq. corporis habitum inducant: in aegrotis uero idcirco eaedem administrentur, ut morbo expellendo aliorum medicamentorum instar cooperentur. Quando igitur antiquorum in uarijs morbis exercitationibus aliquibus utendi cõsuetudinem in medium adducemus, non erit, q ullus admiratione capiatur, nosq. reprehendat, tãquam

gymna-

gymnasticam soli conseruatoriae inseruire statuerimus, quoniam D & nos rei ipsius naturam prae oculis habentes, ita determinandum censuimus, quemadmodum ueteres alias experiẽtijs assiduis, alias morborum cõdicionibus permoti paullo diuersius sentire quidem uisi sunt, sed re uera a sententia nostra non recesserunt. Aliud insuper hoc in loco summa consideratione dignum existimo, quod, licet in multis exercitationibus diuersus exstiterit antiquorum mos ab eo, qui hodie in usu est fere apud omnes, ueluti pilae exercitatio, lucta, discus, pugnae atque similia; nihilominus cum parum nostra consuetudo ab antiqua recedat, solisq. accidentibus quibusdam, & non in rei natura differat, fere eosdem effectus, quos illi suis attribuunt, nos nostris dare poterimus, modo unũ, aut alterum obseruemus; antiquos unctiones ac pulueres in multis exercitationibus adhibere consueuisse, quas nulli hodie, aut quam paucissimi faciunt; E atque hoc multi momenti esse ad uariandas utrorũque qualitates, quando de his Hippocrates uerba faciens scripsit, exercitationes in puluere, atque oleo magnas differentias suscipere, cum puluis frigidus sit, oleum uero calidum, atque inde oriatur, ꝙ hieme oleum corpus magis auget frigus prohibens, ne quid a corpore demat: Aestate uero caliditatis excessum faciens, carnem liquat, cum & a tempore & oleo, ac labore corpus calefiat; quemadmodum ex aduerso puluis in aestate magis auget, feruorem aeris, & corporis remittens, in hieme autem frigus, & algorem inducit. praeterea maior pars hominum semel dumtaxat in uespere saturabatur, nostrates bis cibos sumunt, quod item non parum refert ad uariandas exercitationum condiciones. Vnde qui de nostri temporis exercitationibus aequum iudicium ferre optauerit, debebit quid unF ctiones, & quid una diei saturatio importent, exacte pensitare, totumque illud nostris adimentes in reliquis eosdem uel parum diuersos effectus existimare.

2. d̃ diaeta. iuxta finẽ.

De singularum exercitationis differentiarum effectibus Cap. II.


TRes praecipuas exercitationum differentias ab antiquis Medicis excogitatas fuisse satis constat, quarum prima exercitium παρασκευαστικὸν, siue praeparatorium, altera ἀποθεραπευτικὸν, tertia simpliciter exercitatio nũcupata fuit. Exercitationẽ praeparatoriã, facultatem cogendi, meatus corporis densandi, eorumque laxitatem corrigendi obtinere, scripsit

A psit Galenus, qua de caussa athletae, qui densitate corporum sudores impedire, & consequenter robur conseruare studebant, ante ceteras exercitationes praeparatoria vtebantur. quam item vsurpabant quãplures homines post coitum, ut laxitatem corporis in motu uenereo genitam emendarent. de meridiano coitu loquor, cum ex nocturno oborta laxitas satis a somno curaretur. cuius rei gratia magnopere Soclarum laudare soleo, qui apud Plutarchum noctu coitum ob hoc exerceri debere aduersus Epicurum medicum grauissime disputat. sicuti quoque Paulli sententiam, Galeni, atq. Aetij opinionibus praeferre consueui, dum is contra ipsorum placita tempus concumbendi secundum cibum in uespere antequam somnus inuadat, opportunũ exsistere credidit: quod lassitudo ex coitu contracta obdormienti statim remittatur. Exercitationem apotherapeuticam tam pro exercitationis parte, quam pro specie acceptam corpora ab immodicis laboribus exsucta emollire, meatusq. corporis relaxando excrementa purgare, traditum est a Galeno: unde iure merito post uehemẽtiores exercitationes, post uigilias, post maerores, a quibus corporum meatus clauduntur, uiresq. non parum deprimuntur, vt plurimum adhibebatur: in iis quoque commendabatur, qui palaestrae laboribus assueti, ob uitae negotia cogebantur illos dimittere. Exercitationis simpliciter acceptae differentiae, quae ab extrinsecis desumebantur, eos effectus pariunt, quos locorum ipsorum, a quibus sumuntur, condiciones producere possunt: & ideo, qui in calidis locis exercẽtur, magis exuruntur; qui in humidis, humiditatem contrahunt, sicque de singulis. corpora namque ab exercitatione rarefacta facillime disponuntur ad imbibendas quaslibet aeris, & locorum qualitates. De differentijs ab utendi modis acceptis in hunc modum decernendum erit, ꝙ exercitationes perpetuae, siue continuatae & aequabiles magis delassant, quam inaequabiles. ratio est eadem, quam attulit Aristoteles in problematibus, uidelicet membra a multo motu refrangi, atque multum esse motum, qui unus & continuus est, ac aequabilis. inaequabilem uero non ideo sic delassare, quia ex mutatione nascitur requies, laborq. omnibus partibus distributus a singulis minus sentitur: qua itidem ratione motus intercisus, ac ordinatus minorem defatigationem parit, nimirum cum interruptio quietem, quies lassitudinis minus inducat. Exercitationes cum oleo peractae non modo praesentem lassitudinem mitigant, uerumetiam futuram ꝓhibent, siccitatemq. arcent, ac ad motus promptitudinem maiorem generant: cuius rei gratia Pollio nonagenarius aetatem suam oleo

extrin-

3. de tu. val cap. 11. 2 de tu. ua. cap 3.

3 symp. prob. 6. libr 1. c. 35. 6 epid. Lib. 1. ser. 3. cap 8.

3. de tu. ua. cap. 2.

5. par proble. 1. & 12.

extrinsecus adhibito acceptam referebat. Quae cum puluere fiunt exercitationes praeterquam quod frigidiora conseruant corpora, efficiunt quoque, ne sudor ita faciliter effluat, neue illa tantopere defatigentur. habet namque puluis ex Galeni sententia emplasticam uim, refrigeratoriam, ac repercussoriam. ut nó temere is praeceperit, iuuenes temperatos, dum in calidioribus locis exercentur, puluere uti, qui, si pinguis sit, corpus exercitatum minime extenuat; sin autem asper, instar pumicosi, uel acer, qualis nitrosus, exsistat, exercitationes eo peractae mirum in modum extenuant. Inter differentias ab ipsius motus quantitatibus desumptas primae sunt multae, paucae, & mediocres. Multas corpus siccare, mediocres obesum reddere, scripsit Galenus. ex quo liquet magna cum ratione Coelium Aurelianum inter Methodicos non infimum ad prohibendam polysarchiam multas exercitationes commendasse. de quibus etiam locutum existimo Aristotelem, quando scripsit, exercitationem ideo oculorum acumini obesse, quia uniuersum corpus siccando, indurandoq. pupillae cutem consequenter indurat, atq. ita uiuendi acuties impeditur. Ex differentijs quoque a motus quãtitatibus sumptis magnae exercitationes magnopere calefaciunt, excrementa inaniunt, sudores cient: minus his mediocres, minime omnium paruae. Inter differentias a qualitatibus captas secundum Galeni sententiam acuta exercitatio, siue celer, aut uelox corpora extenuat, carnes, & succos detrahit, ob idque a Galeno, & Aetio ad curandam polysarchiam prae caeteris commendatur: lenta, atque tarda pinguefacit, & crassitiem induci: tmediocris inter utraque medios effectus producit. Exercitatio uehemens atque robusta calorem quidem natiuum auget, somnos profundos generat, & concoquendis cibis, crudisq. humoribus confert, at caput ab illa repletur. quocirca mirari soleo, cur Celsus scripserit insanientes omnes uehementer exerceri debere. Valens exercitatio robori augendo conducit. Remissa uero languida, ac imbecillis uti praedictos effectus obscurissime parit: sic sanitati, ac habitui bono minimum iuuamentum affert, potiusq. aegrotantibus, ac ualetudinarijs quam sanis accommodatur. Inter has autem mediae tum minus, uehementibus ac robustis, tum magis remissis & debilibus effectus eos producunt, & iccirco sanitatis conseruationem non parum adiuuant. His igitur ita determinatis, iam facile euadit cuicunque uel mediocri iudicio praedito intelligere, quos effectus singulae exercitationes, quatenus aliquam ex antedictis habent differentiam, producant. quod tametsi in recensendis singulis non absque animaduersione suis lo-

cis

Marginal notes: 2. de tu. ual. cap. 12. — 5. de tu. ua. cap. 3. — Loco citato. — 5. chronic. cap. vlt. — Sect. 31. Prob. 14. — Galc. 6. de mor. uulg. com. 3. — 6. de tu. ua. & lib. 6. c. 3 — 14. Meth. — Lib. 1. ser. 4. ca. 31. — Gal. de pu. epil.

A cis praeterire statuerimus, nihilominus haud inutiliter nunc quoque explicatum fuisse credo, quando iam saepius demõstratum est, uniuersales huiuscemodi rerum tractationes ad integras illarum notiones acquirendas magni momenti esse. Illud hoc in loco scire oportet, in superioribus libris multa de gymnastica bellica, & athletica nos disseruisse, ut expresius tota medicae gymnasticae natura innotesceret: at in sequentibus de medica dumtaxat sermonem habituri sumus. eo quod illarum effectus cognoscere parum omnino confert, ad id q; optamus, assequendum, solosque sanitatem, aut morbos respicientes addiscere sufficit.

De saltatoriae effectibus. *Cap. III.*

B QVicumque saltationum species apud ueteres in usu habitas accurate contemplari uoluerit, ea ordine temporis, ratione, proportione, harmoniaque musica non caruisse sciet. & iccirco nostra tripudia βαλλισμοὺς, ac gesticulatorios motus, quos tam mulieres quam uiri hodie ad libidines, & delicias exercent, illis non prorsus dissimiles exstare censebit. Verumtamen illud inter antiquorum & nostras saltationes interesse nemo non uidet, q; sicuti illae aliquando sanitati inseruiebant, ita nostrae, uel numquam, uel raro hoc fine peraguntur, ut ualetudinis conseruationem adiuuent, quippe quae ut plurimum post cenam, atque nocte inter ipsas commesationes exercentur, quando potius quieti, & somno uacare praestaret. unde si saltatio opportune, quemadmodum maiores nostri faciebant, & quemadmodum C cunctas exercitationes peragi debere, superius demonstrauimus, lib. 4. c. 11. administretur, quin commoda multa pariat, infitiari minime poterimus. Cubisticam nãque, quam primam eius speciem fuisse diximus, brachia corroborare, similiter & crura, nimirum quae potissimum agitentur, quiuis intelligere potest. Itaque qui brachia robusta corpusq. undequaque flexibile habere cupiunt, hac exercitatione frequenter utantur. ceterum quia, dum in caput saltatur, illudque ad terram flectitur, primo caput ualde repleri necessarium est, secundo uiscera omnia quassari, intestinaq. suis locis dimoueri, & tandem dorsum ac articulos, qui in flexionibus uehementer cõmouentur, magnopere pati, rationi consentaneum est, ideo fugere ipsam expedit iis, qui ulla ex parte caput debile, uiscera infirma, lumbos, articulosque imbecilles, uel natura, uel casu aliquo sortiti sunt. Tertiae saltatoriae speciei (de secunda in sequenti capite tractabitur)

ctabitur) quam ueram orchesticam appellauimus, quam plurima D
apud antiquos fuerunt genera, quae fere omnia hodie abolita, uel saltem non usitata esse cum constet, superuacaneum foret singulorum effectus percensere uelle. proinde sat erit illa adnotasse, in quibus praestandis, & cuncta illa conuenisse, atque etiam nostram conuenire uerisimile uidetur. χειρονομίαν etenim siue manuum gesticulationem attenuare humores, atque sursum carnes trahere, placuit Hippocrati siue Polybo. quam similiter in inueterato capitis dolore, ubi paullatim malum soluitur, commendauit Aretaeus, ueluti & in uertiginosis, epilepticis, coeliacis. Saltatio demum, quae motu uniuersum corpus calefacit, arcendis rigoribus, atque etiam nonnullis tremoribus ualde accommodatur: priuatim ubi stomachus in concoquendo laborat, crudosue humores aggregat utile remedium exsistit. praeterea labantes coxas, infirma crura, male tutos E
pedes, usque adeo confirmat, corroboratque, ut pauca inueniãtur, quae simile auxilium praestare queant. neque itidem alteri cedit huiuscemodi exercitatio in extrudendis a renibus, siue uesica lapillis. Caeterum ꝙ praegnantibus mirum in modum noceat, testatum reliquit Hippocrates, ubi cantatrici mulieri, quae ne calumnias subiret, uteri fetum abiicere cupiebat, consuluit, ut saltaret, pollicitus ea saltatione conceptum corrumpendum esse, ueluti postea contigit. Quicũque uero caput debile, ac uertiginosis affectibus obnoxium habent, proculdubio ab illis circuitionibus, uersuris, motibusq. continuis offenduntur: similiter oblaeduntur quibus oculi illacrymantur, aut in uidendo hebetem aciem habent, perinde namque in tripudiationibus alicui euenit, ac in rotationibus, in quibus saepe oculi tantum detrimentum patiuntur, ut nihil F
omnino uideant, atque interdum cadant. Renes languidos, & supercalefactos habentes, seminisq. fluxum, γονοῤῥοίαν a Graecis uocatum, qualibet de caussa incurrentes a saltationibus abstinere conuenit: alioqui eorum affectiones ex motu calefaciente magis recrudescunt. Atque haec omnia a me dicta intelligantur de ea saltationis specie, quam antiqui sine armis obibant. ꝙ si quis armatae, quam uocarunt, saltationis condiciones pernoscere aueat, in hunc modum uere atq. breuiter statuere rem poterit, uidelicet omnia quae ab illa gignuntur uel bona, uel mala, eadem ab hac effici, nisi quod armata uehementius membra exercet, magisque illa incalescere, & sudare facit. ob quod Galenus inter uehementes exercitationes non in postremo loco posuit, dum quis graui armatura tectus celeriter agitatur.

2. de dieta. prope finẽ.

Lib. 1. cur. chr. ca. 1.

In li. de natura pueri.

2. de san. ua.

A *De ludorum pilae effectibus.* *Cap. IV.*



LVdorum pilae antiquitus quàm plures cũ apud Latinos, tũ apud Graecos exstitisse species, abunde in secundo libro indicauimus: ex quo nullum operaepretiũ est hoc in loco, ubi solas exercitationũ qualitates explicare proposuimus, eadem repetere: illud dũtaxat animaduerti uolo, quod & si nostra ludorum pilae genera ueterum generibus undequaque non correspondeant: sunt tamen magna ex parte ualde similia: & ideo eorũ cõmoditates atq. nocumenta singulatim enarrare studebimus, ut facta nostrorũ cũ illis cõparatione, quid conferant, quidue noceant, utraque simul cognosci possit. sed ne tractatio ista confundatur, sicut alias fecimus, primo graecos ludos, deinde latinos B prosequemur eodem ordine, quo supra usi fuimus. In eo etenim cõuenire cuncta harum exercitationum genera censuit Auicenna, ꝙ fortes exsistũt. Hoc praeterea commune ex omnibus huiuscemodi ludis commodum percipitur, ut, qui in ipsis, uel ipsorum aliquo sese exercent, promptiores ad motum reddantur, iisq. uitales actiones roborentur: peculiariter uero paruae pilae exercitatio inter uelo-ces citra uiolentiam & robur collocant Galenus atq. Paullus, cuius merito corpora crassa, ut similes exercitationes facere dictum fuit, attenuat. ideoq. apud Noniũ a Lucilio scriptum inuenitur, Cũ studio in gymnasio duplici corpus siccassem pila. Prima autem paruae graecorum pilae species, secundum Antylli sententiam, carnẽ solidam reddit, brachijs, dorso atq. pullulantibus costis magnã utilitatẽ praestat, cumq. in ea exercitatione crura magnopere laborẽt ad ac-C quirendum robur non parum proficiunt. Secunda exercitationis paruae pilae species praestantissima reputabatur olim, ꝙ corpus sanum, & promptum ad motus cum robore cõiuncto praestat, adspectum firmat, neque caput replet. Tertia uero species oculos, atque brachia iuuat, spinae propter inflexiones, quae currendo fiunt, cõmodum affert, crura propter cursum mirum in modum firmat. His porro omnibus paruae pilae speciebus cuncta illa cõuenire censeo, quae Galenus in libello suo illis dicato, paucis uerbis cõplexus est, uidelicet ꝙ tum animorum uirtutem pariant, tum omnes corporis partes accommodate exercendo bonam corporis ualetudinem, ac membrorum concinnitatem efficiant. Pilae magnae species prima secundum Antyllum totum corpus firmat, cumq. ad deducendam infra materiam uehementer cooperetur, capiti in primis, cunctisq. superioribus partibus, non ignobile iuuamentum. affert. de hoc lu-

ca.4. & 5.

Li.1. fen 3. doc. 2 c.2.

2. đ tu. ua. lib. 1. c. 18.

Orib. lib. 6. coílec. cap. 32.

Lib. 9. cap. ulti. do ſermonem habuiſſe puto Alexandrum Trallianum, quando in D
curatione priapiſmi ſphaerae exercitium cõmendauit, quo materia
in diuerſum retrahatur, & ſpiritus flatulẽtus digeratur. Secunda ſpe
cies, quae plus iuſto magna pila peragitur dum proiicitur, & utraq.
manu propter magnitudinẽ emittitur, brachia firmat, ſed nimis du
ras plagas infert; ob idq. non modo aegrotis, aut conualeſcentibus
eſt inutilis, uerum etiã bene ualentes immodica defatigatione aſſi-
cit. Inanis pila, quam tertiam effecimus, aeq. exercet, ac motoria, in
qua curritur, attamen non admodum facilis eſt, neq. apta, atq. ideo
lib. 9. c. ult. omittendam eã eſſe conſulit Oribaſius ex Antylli ſententia. Pilae,
& magnae & paruae exercitationem vertiginoſis obeſſe iudicauit
lib. 9. c. ult. Aretaeus, quoniã capitis, & oculorum circumuolutiones, atq. intẽ-
tiones uertigines afferunt. Coryci exercitationem inter ueloces ad-
numerauit Paullus, quas cum dictum a nobis ſit corpora craſſiora at
tenuare, ſumma ratione Coelius Aurelianus ad diminuẽdã polyſar E
lib. 5. c. ult. 1. de diaeta. chiam hãc exercitationẽ, quã a Graecis corycomachiam uocari ſcri
bit, adeo probauit, ſecutus in hoc (opinor) Hippocratem, qui cory
comachiam, & chironomiam idem praeſtare quod lucta tradidit.
Hoc exercitationis genus iudicauit Antyllus muſculoſum corpus
reddere, roburq. afferre, & praeterea uniuerſo corpori aptari, nec
non ob plagas, quas infligit, omnibus uiſceribus idoneum exſiſtere.
Aretaeus item in elaphanticis κορυκοβολίας laudauit. ſi tamen quis
plagas in pectore a coryco fieri ſolitas cõſideret, facile ſentiet, eos,
qui pectore debili uexãtur, ſimili exercitatione periclitari, & quã-
doq. contingere poſſe ut in thorace uaſa rumpãtur. Atque tot, quae
de pilae Graecorum ludorum qualitatibus dici poſſunt. Succedunt
luſus Latinorum genera, quae & ab ipſis quattuor ſpeciebus com-
plexa omnia in uſum ſanitatis recepta ſuperius demõſtrauimus. Ho F
rum primum locum obtinet exercitatio folle acta, quae uniuerſum
corpus exercet, ſed dum brachijs impellitur, dorſum in prímis atq.
li. 1. chro. cap. 4. brachia firmat. ob quod Coelium Aurelianum de hoc pilae ludo
uerba feciſſe exiſtimo, quãdo in epilepticis humeros ſphaerae luſu
exerceri mandauit: dum uero pugnis emittitur, manibus maior uti-
litas contingit: ambo tamen uiſcera adiuuant, calculisq. a renibus,
& ueſica extrudendis mirifice conferunt, coxas, & crura imbecillia
In eius vi- confirmant. Nam Auguſtum, qui huiuſcemodi affectibus corporis
ta. c. 80. & ſolicitabatur, eorum gratia folliculi exercitiũ (ut refert Suetonius)
83. epiſt. 1. adamaſſe opinor: quod cũ praecipue ſuperiores partes exerceat, iis,
lib. 3. qui citatam aluum habẽt, & quos tremor corporis exercet, non ſi-
lib. 1. c. 6. ne ratione Cornelius Celſus prodeſſe ſcripſit. Hanc etiam exercita-

tionem

A tionem intellexisse arbitror Plinium, cum Spurinae prudētissimi, & sanitatis studiosissimi uiri rationem uitae obseruatam explicans, sese pila mouere, atque tali exercitationis genere cum senectute pugnare solitum scribit. ut uere dixerit Martialis: Epist.1. lib.3.

Folle decet pueros ludere, folle senes. Libro 14.

Pila trigonalis, quam paruam fuisse, & tertiae ab Antyllo speciei descriptae correspondere probauimus, eosdem plane, quos illa, effectus producit: peculiariter autem oculos exagitat, exercetq. dum eos intēdere semper & modo huc, modo illuc; modo sursum, modo deorsum conuertere necessarium est. quocirca iure merito Horatius huiuscemodi exercitationem lippientibus obesse cecinit.

Lusum it Maecenas, dormitum ego Virgiliusq.
Namq. pila lippis damnosum & ludere crudis.

B sane lacrymosi atque lippitudine infecti oculi a quolibet, uel minimo motu magis exacerbātur: quies uero eos recreat, iuuatq sicuti & crudos. diximus enim nullam exercitationē obeundam esse, nisi peracta cibi concoctione. Ex quo fit, ut neq. pilae lusus ullo pacto conueniat, quibus crudi, atq. indigesti cibi stomachum adhuc male habent: ueluti forte Virgilius alioqui stomacho debili natus, tunc erat, quando de ipso sic Horatius scripsit: q si qui sunt, quorum uentres atq. stomachi flatibus repleantur, & prae frigore doloribus uexentur, tantum abest, ut exercitium pilae ipsis ullum nocumētum inferrat, ut potius calefaciendo, flatusq. insigniter discutiendo non exiguam utilitatem praebeat. qua de re laudandus est Coelius Aurelianus, qui inter ceteras pro colicis curandis exercitationes pilae ludum praecipue commendauit: quomodo item stomacho imbe- Li.4.chro. cap.7.

C cillibus simili ratione commodum esse tradidit Cornelius Celsus. lib.1.c.8.

Paganica pila ob latitudinem atq. duritiem difficultate aliqua non carebat, & iccirco potius rusticis, & duris corporibus, quam urbanis conueniret. hodie neque permittendum foret ualetudinarios, senes, atq. pueros huiusce generis motu exerceri. Harpastum, quod cum Graecorum harpasto conuenire demonstratum est, inter celeres & uehementes exercitationes adnumerari debet: quo circa attenuare, excrementa exinanire, calorem augere, robur efficere potest: praecipue autem brachia, & humeros confirmat; quinimmo dum inuicē congredientes, seq. ne constitutus in medio excipiat pilam, mutuo uetantes laborant, maximum id uehementissimumq. est, multis, utpote colli obuersionibus, multisq. palaestricis complexibus commixtum, adeo ut caput, & ceruix colli obuersionibus, latera uero thoraxq. & uēter faciei elationibus, depresionibus, ex- Gal.lib. de par. c.2.

pulsionibus, obnixibus, alijsq. palaestricis prehensionibus fatigentur, quibus etiam exercitationibus lumbi, & crura non parum tenduntur. Et iccirco, quemadmodum sanos ac robustos harpastum magis confirmat, ita eos magnopere laedere credendum est, qui uel caput debile, & collum infirmum habent, uel quibus in thorace uitium aliquod reperitur, aut qui renes, lumbosq. supercalefactos gerunt. Atque haec sunt, quae de pilae ludorum effectibus pro sanitatis studiosis ab auctoribus determinata inueniuntur. D

De luctae commoditatibus, & incommoditatibus. *Cap. V.*



LVcta, quae fere semper ab antiquis in magno usu, atque existimatione habita fuit, tametsi a medicis, uti diximus, non admodum ad sanitatem probata sit, hodieq. E
a nobilibus negligatur, & quasi a solis rusticis eo modo, quo apud Priscos ab athletis, exerceatur, nonnulli tamen eam etiam pro sanitate tuenda, atque parando robore in usu habent, quos fortasse quamplures alij imitabuntur, si, quemadmodum hactenus effecimus, eius commoda, atque etiam incommoda ab auctoribus longa experientia, ac naturali ratione obseruata ipsis in medium proponemus. Quod etenim lucta uehemens, atque magna exercitatio sit, Galenus & Auicenna prae caeteris satis testatum reliquerunt. unde certum esse cuiuis potest, ab hac ipsa eadem proficisci, quae a similibus exercitationibus prouenire iam
Lib.2.c.8. declarauimus: illud addendum erit, posse luctam sicuti antiquioribus temporibus, ita & nunc quadrupliciter fieri, alias supra pauimentum, quod genus a Plutarcho pancratium uolutatorium F
nuncupari praediximus: alias erecto corpore, ac utrobique, modo uehementer, modo remisse. Neque id hoc in loco praeteriri debet, penes Latinos scriptores plerumque, aut saltem interdum sub nomine palaestrae luctam intelligi, perinde ac graeci nomine πάλης continuo fere illam ipsam accipiunt. lucta quae uehementer, atque erecto corpore peragitur, secundum Hippocratem externis corporis partibus magis laborem exhibet,
2. d diaeta. carnem calefacit, corroborat, ac auget. Ex Antylli uero sententia
loco citato firmum, & ualidum spiritum reddit, itemque corpus solidũ, ac musculosum, neruos etiam confirmat, tãdemq. naturales omnes actiones corroborat, praeterea carnem densam illam quidem, & exsiccatam, sed tamen ex omni parte paucam adiicit, pinguedinem, tumores ac omnia oedemata aufert: si lucta fiat interposita aliquantisper

quiete,

A quiete, magis ut sentit Aristoteles, sudorem mouet, quando humor a requie collectus, mox exercitatione educitur: sin continua agatur, modo solis corpora exsiccare potest. Priuatim autem capiti prodest, in cuius dolore luctationem iugem adhibito magistro peractam laudat Coelius Aurelianus, sensus exacuit. ob idque fortasse Theodorus Priscianus illam pro melancholicis curandis imperat, stomachum praesertim frigidis oppressum morbis adiuuat. in quo palaestram corpus agitantem conferre, idem Coelius memoriae prodidit: non secus quoque frigidos uentres, ac genitalia membra, siquando humoribus, aut flatibus sollicitantur, magno iuuamento afficit, cum maximis illis conatibus, motibusque uniuersum prope corpus calefaciat. qua ratione Oribasius palaestram siue luctam hidropisim curare, Theodorus Priscianus satyriasim exstinguere scri
B ptis tradiderunt. Ceterum huiuscemodi exercitatio ob ipsius uehementiam febricitantibus omnibus inimica exsistit: ut non immerito ab Hippocrate fuerit acriter Prodicus reprehensus, quod luctationibus febrientes interficeret. Humidos natura haudquaquam lucta exerceri consulit Hippocrates: hac obscura satis ratione motus, ne meatus magis caui effecti repleantur: faucibus, & collo magnopere nocet: quae scilicet partes dum in compressionibus plus aequo comprimguntur, diuelluntur q. dãna recipiunt. ueluti euenisse Commodo Marci Imperatoris filio scripsit Galenus, quem adhuc puerum ex lucta inflammationem oris passum fuisse recitat. Iacobum inter luctandum neruum latum oblaesisse, ob idq. & ipsum in posterũ, & Iudaeorum gentes a neruorum esu abstinuisse, auctor est Iosephus in fine primi libri Antiquitatum Iudaeorum. Ad haec thoraci ual-
C de aliena est, cui uel uasis alicuius rupturae, uel spiritus interceptionis ex constrictionibus magnum impẽdet periculum. unde nõ temere Galenus, ne suffocẽtur, periclitari luctatores dixit, qui similiter renibus, & lumbis male affectis talẽ exercitationem fugiẽdam esse uoluit, quãquã Rufus Ephesius, qui cum Critone sub Traiano Romae in medicina floruit, conualescentibus a renum morbo palaestrã minime interdixit. In ulceribus internis uitandum uoluit Celsus, ne uel luctando, uel currendo, uel alia ratione sanescentia ulcera exasperentur. Praeterea cum inter luctãdum crura saepenumero insigniter flectantur, debilitate crurum affectis aduersari credendum est. Sed haec omnia intelligi debent de erecta palaestra uehementer facta. Quae uero remissius, & placide peragitur, uiceuersa secundum Antyllũ carnem multam generat. ex quo fit, ut iis qui a morbis sese reficere incipiunt sit superiore accõmodatior, ac mini

Marginal notes: 2.prob.7. — Li.1.chro. cap.1. lib.2.c.2. lib.3.c 2. — lib.6.c.28. Lib. 2. ad Timo.c.21 — 6. Epid. cõ.3. aph. 32 — 1.de dieta. — 1 lib. de pc. ad Post. 4 d rat. vi. in auct. In 6.epid. com 3. aph.6. in libr. de passionib. renum. li.43 c.ult. 1.de motu musc.

1. prob. 7. mo periculo robur, & fortitudinẽ pariat: capiti, & thoraci prodest, D
neruos corroborat. de hac locutum esse Plutarchum existimo, ubi
in ei⁹ uita. scripsit Lycurgum corpora uirginum cursibus, luctationibus, iacti-
busq. discorum, & iaculorũ exercuisse, ut, quemadmodũ germinũ
radix ualidũ in acribus terris principium sumens melius germinat,
ita & hae partus robuste tolerantes honeste simul, ac facile aduersus
dolores pugnarent. Quae porro supra pauimentum efficitur lucta-
loco citato tio, si credimus Oribasio, praecordia atq. intestina uitiata adiuuat,
lumbos imbecillos, & genua infirma fortiora reddit, sed capiti est
ineptior: uolutatio in palaestra, cum a Galeno inter celeres exerci-
tationes recẽseatur, ad extenuanda corpora accõmodata erit, sicuti
pro minuenda polysarchia a Coelio commendata est, & ab Aetio si
in puluere fiat, ad hidropisim curandam: eam namq. humores ex-
5. d̃ tu. ua. hauriendo refrigerare auctor est in II. de diaeta Hippocrates: at se- E
cap. 3. cundum Galeni sententiam iis magno studio fugienda erit, quos
ex leui caussa uertigines, comitiales morbi, grauis ophtalmia, uel au
rium dolores male habent. simili modo, & illis, quibus tonsillae, &
angina incidunt, quibusq. prompte in columellam, gingiuas, dẽtes,
deniq. partem aliquam ex his, quae circa collum, aut totũ caput ha-
bentur, fluxiones procumbunt. Hactenus de lucta. circa quam oriri
posset multis dubitatio, cur Galenus, qui gymnasticam artẽ omni-
bus alijs melius calluit, non modo luctam fere nullibi ad quidquam
cõmendauit, sed potius tãquam parum utilem, aut omnino noxiam
damnauit: cum alias dixerit luctatoribus uasa pectoris rũpi; alias cru
ra distorqueri, alias suffocari, alias luctam a bene instituta republi-
ca odio haberi. At huiuscemodi dubitationes ita dissoluere licet,
ad Thras. quod ex sententia ipsius Galeni uere palaestra, siue lucta, per quam F
cap. 41. exigua gymnasticae medicinae pars exstat, omnibusq. exercitatio-
nibus homini minus utilis: siquidem secundum ipsum iaculari, cur
rere, equitare, saltare, uenari, nauigare, fodere, q̃ lucta exerceri me-
lius est: & sicuti athleticae, gymnasticae luctatio magis accedit, atq.
inseruit, ita quoq; a medica lõgius recedit: unde non est mirũ, si Ga
lenus eius exercitationis facultates explicare noluit, quã in medici-
na minimã cõmoditatem obtinere credidit. Nos autem ea, quae ab
aliis auctoribus tradita inuenimus, explicanda esse duximus, non ut
Galeni auctoritatẽ ceteris, uel ipso superiorib. quos male de exer-
citationibus sensisse scripsit, uel posterioribus postponam; sed ut de
monstrarem, si qua a lucta exspectari cõmoda debent, haec ab aucto
lib. de sal. ribus indicata, & nulla alia fore. De ista nãque apud Hippocratem
diaeta. scriptum inuenio, ꝙ qui exercitationibus utuntur, hieme currere,

A ac luctari debent, aestate uero luctari quidē parum, currere autem minime; sed multū deambulare, secundum uentum, ac frigus. Quicumq. ex cursibus fatigati fuerint, eos luctari oportet; qui uero ex lucta fatigantur, eos currere expedit. sic enim laborans fatigata corporis parte, uel maxime calfieri, componiq. ac recreari queat.

De pugilatus. pancratij, & caestuum facultatibus. Cap. VI.



VAmuis inter ceteras exercitationes ad sanitatē spectantes pugilatus minimam sibi partem uindicare uideatur, potiusq. athletarum, quam ingenuorum hominū professionis specimen praeseferat: nihilominus si partes corporis, quae simili motu agitantur, accurate contemplemur, neque illum sine aliquo fructu perfici statim iudicabimus: nam tum bra-
B chia, tum manus nonnullis usque adeo huius exercitationis ope firmantur, atque consolidescunt, ut etiam lapides, atq. ligna pugnis ferire, & magna spectantium admiratione confringere non dubitēt: quos certe illis partibus optime ualere firmaq. ualetudine frui nemo negaret. ideo quicūq. brachijs, manibus, atque digitis firmari, illisq. robuste uti exoptant, quā aptiorem exercitationem ista requirere debeant, non uideo: eo magis quod licet antiquitus ab erectis semper pugilatus exerceretur, potest tamen interdum necessitate urgente non minus iacentibus, & sedentibus, quā ab erectis, & stantibus, seque mouētibus peragi: sed differt non parum ab erectis ne, an secus peragatur: quoniā in erectis, & sese mouētibus primo quidem superiores partes exercitationis beneficium sentiunt. at inferiores quoq. partes eo penitus non frustrantur, quod non contingit in
C iacentibus, uel sedentibus, quorum inferiora penitus otiātur. Nocet pugilatus capiti. neque satis mirari possum, cur Aretaeus in uertiginosis eum probarit: nocet auribus, & pectori, nimirum, quae, dum admodum debilia sunt, a plagis illis, & pugnorum percussionibus magnopere offenduntur: a quibus similiter omnes illi cauere debent, quibus dentes infirmi, & labantes sunt. De manuum exercitatione memoriae traditum est ab Aristotele, quod 2. prob. 5.
exercentibus manus sudor magis emanat, si ceterae corporis partes similem habitum seruent: quoniam in ea exercitatione spiritus continetur, & partes sub alis cordi propinquae fricantur: ex quafrictione cum calor increscat, tum eius, tum frictionis poros recludentis ope humor faciliter a corpore extra euocatur. De his etenim exercitationibus omnibus locutum Philagrium medicum apud Actium puto: quādo nocturnum seminis profluuium exercitatio-

nibus per supernas partes factis curandum mãdauit. Quae frequẽ- D
tissime omnium ab athletis exercebantur, erant lucta pugilatus, & Pancratium, luctae, atq. pugilatus minimus quidem fuit in gymnastica medica usus: sed Pancratio multos, quibus aliquae corporis partes male afficerentur, se curasse gloriatur Galenus. ex quo sicuti Pancratio se exercentes toto corpore, ut Pausanias auctor est, certabant, similiter credere debemus, illud moderate peractũ uniuerso corpori ad robur acquirendum prodesse: uehementer si fiat, solum athletarum munus exsistere. Ad haec cum a Galeno inter magnas exercitationes recenseatur, caliditatem augere, & consequenter frigidis habitibus apprime congruere, rationi cõsentaneum est: id quod intellexisse Theodorum Priscianum, quem alij Octauiũ, Horatianum Vindiciani Archiatrorum Valentiniani comitis discipulum faciunt, arbitror, quãdo scripsit hidropicos labore nimio E
& continuis exercitationum quassationibus forsitan curari posse: ab Hippocrate edoctus, qui haec in v. Epid. scripta reliquit: ὑδρωπιώδεα δέον ταλαιπωρέειν, ιδροῦν. quod itẽ innuere uoluisse Coelium Aurelianũ possibile est, ubi stomacho sollicitatos uarijs palaestrarum exercitijs adhibito praeceptore exercendos cõsuluit, ut inflationes, ac frigiditates illius remouerẽtur. quae omnia etiam de uolutatorio pancratio fere intelligi possunt. Pancratij species, quã diximus 2. lib. sub σωματομαχεῖν notasse Galenum, quod ad crassiores homines efficiendos mirifice cõferret, indicauit ibi Galenus ex gymnastarum iudicio. quo in loco perperam Latinus interpres athletas transtulit. Caestuum exercitationes, de quibus apud medicos nullam prope mentionem factam inuenio, quin aliquod brachijs praesidium afferre ualeant, negare minime possum: cum ta- F
men exercitatio caestibus facta pugilatus species quaedam foret, atque a Virgilio nomine quodam infami sub hoc uersu notetur.

Sin crudo fidis pugnam committere cæstu.

In hanc sententiam uenio, caestus apud medicos, siue in tuenda sanitate, siue in curandis morbis, siue in acquirẽdo bono habitu nullum locũ habere, atq. ideo similem exercitationẽ penitus omitti debere. Ceterũ illud ignorari hoc in loco nolo, pugilatũ, & caestus exercitiũ absq. antigonista quandoque usurpatum, tuncq. schiamachiae, de qua infra loquemur, & supra quoq. locuti sumus, speciem quãdam exstitisse, dum scilicet pugnis, & caestibus aerem dumtaxat percutiebant. quae profecto exercitatio ueluti manus, atque brachia citra molestiam exercere ualet, pariter alteri cum aduersario factae praeferenda semper erit: nempe cum plagis illis, atque per-

2. d tu. val. cap. vlt.

6. epid. cõ. 1 aph. 6.

Li. 2. ad Timotheũ.

prope finẽ.

Li. 5. Aen.

Lib. 3. c. 4.

A percussionibus careat, quae plerumque in huiuscemodi pugnis utrumque certatorem magna molestia afficere solent. quocirca si aliqui hoc genere exercitationis delectati, assuetiue (nam & Galenus ipse in exercendis hominibus magnopere aduertebat, qua quis exercitatione delectaretur, cuiue assuetus foret) brachia, humeros, & manus corroborare, agilioresue reddere percupient, poterunt citra ullius noxae periculum sese dumtaxat aduersus aerem in illo exercere, atque eo pacto sine plagis, & grauibus percusionibus, delectationem ac utilitatem optatam simul assequi: modo in reliquis ea omnia seruentur, quae in cunctis exercitationibus obeundis studiose obseruanda esse in libro quarto docuimus. 2. de tu. ua. cap. ult. Ca. 10. 11. & 12.

De cursus natura. *Cap. VII.*

B SICVTI pugilatum priuatam manuum exercitationem paucos usus apud medicos habuisse ostendimus, ita cursum, quo pedes fere soli exercentur, maximae utilitatis exstitisse, & proinde a medicis, atque gymnastis saepius commendatum fuisse demonstrabitur. Cum etenim a Galeno inter illas exercitationes reponatur, quae ueloces sunt citra robur, atque uiolentiam, negare haud possumus, quin corpora attenuet, carnes atque succos minuat. id quod clarissimis uerbis antiquissimus auctor Hippocrates, nec non Galenus ex gymnastarum, & medicorum sententia asseruerunt. Est tamen in cursu agendo multiplex discrimen, quod alius uelocius, atque uehementius; alius remissius & placidius peragi potest: & hac ratione illius effectus uariari necesse est, quemadmodum etiam currendi modi, dum uariatur, alij in rectum, alij in obliquum, alij ante, alij retro, alij circulariter, alij nudis corporibus, alij tectis, alij per plana, alij per inaequales, uel montuosas uias aguntur. Cursum quemcumque febrientibus detrimentum afferre, prudenter traditum est ab Hippocrate, & a Galeno, quem a nemine aegrotos cursibus curari scribentem de solo uehementiore sermonē habuisse sentio, quando etiam in libro de paruae pilae ludo, illum ueluti nō salubrem, & plus aequo uniuersum corporis habitum extenuantem, nihilque uirilis exercitationis habentem iure improbauit. De hoc item currendi genere locutus fuit Antyllus, ubi cursum uehementem exercitationem nuncupauit. alioqui Galeno repugnantem sententiam tulisset. Est igitur cursus uehemens fere ad sanitatem defendendam noxius potius, quam utilis, sicq. ullum iuuamentum affert, proculdubio car- 2. de tu. ua. cap. 10. 6. epid. cō. 3. aph. 2. C 6. epi. cō. 3 Aphor. 31. ibidem Aph. 2.

ni,

-ni, atque immodicae pinguedini tollendae confert, ueluti com- D
1 de dieta. lib. 4. c. 4. probauit Coelius Aurelianus. confert quoque ex Hippocratis sententia ualde humidis corporibus, quo & ipsa humore exinaniantur, & humor amplius, atque citius sistatur. ob quod & in splenis aegritudinibus quibusdam strenue adeo iuuare reperitur, ut Aetius Amidenus se aliquos nouisse referat, qui solis cursibus, & deambulationibus ab omni affectione sint liberati. Peculiariter uero ijs ualde nocet, qui capite aliquo pacto male afficiuntur, ex quo Ari-
5. partic. prob. 9. stoteles quaerēs, cur, qui detrahere ad ima genus omne excremētorū putatur, cursus si uelox fiat, tam in hominum genere, quā in ceterorum animalium facit, ut capita a morbo tententur, dicit id eo euenire, quoniam motus uelox, cum uires intendit, & spiritum retinet, caput concalfacit, eiusq. uenas mirum in modum inflat, attrahentesq. reddit facultatis externae, ut frigoris, & caloris, praete- E
rea quae in pectore sunt, sursum attrahi cogit. ex quibus omnibus locum superiorem aegrotare necesse est; & iccirco sapienter Theo-
li. 2. ad Timot. ca. 2. dorus Priscianus scriptum reliquit cursum uehementem epilepticis esse penitus inhibendum. Cursus moderatus, atq. placidus ad corpora perbelle calefacienda, ad naturales actiones corroborandas, ad appetitum excitandum plurimum ualet; priuatim autem desluxiones, atque catharros curare, & aliorsum uertere idoneus est. & iccirco ab Areteo talis pro uertiginosis commendatur, sicut & pro elephanticis ab ipsomet, atque a Celso, qui, ubi sicca tussis aliquem exercet spiritu retento, sed non in puluere, cursum commendat, uti etiam in faucium interiorum exulceratione, nec non eo morbo quem Graeci κυνικὸν σπασμὸν nominãt. licet enim primum defluxiones excitare uideatur, eas tamen tractu temporis F
postea cohibet, & ob id ischiadicis prodesse perhibetur, in quibus cursus initio uix crura moueri possunt: sed ubi in medio sunt, ita properant currentes, ut morbi prope modum obliti uideantur. Stomachum strenue firmat, uentres a flatibus & frigidis passionibus li-
lib. 3. ser. 2. cap. 18. berat: ut non sine ratione ipsum in curandis colicis adhibendū consulat Coelius Aurelianus, sicut, & Aetius in hydropicis: splenis tu-
lib. 2. ad Timot. c. 25. mores deprimit. & ob id merito Theodorus Priscianus spleniticos
6. coll. c. 22 cursum appetere debere praedicauit. In renum morbis, & seminis profluuio se cursum adhibuisse, tamquam adseruatum quoddam praesidium memoriae prodidit Antyllus, quemadmodum & ijs quorum uiscera torquentur, & qui fungos esitarunt, uel a scorpionibus icti sunt, eundem profuisse obseruauit. quae tamen sententia in cunctis renum affectionibus minime probanda est: quoniam

A si patiantur ulcus, siue nuper sint passi, a cursu non parum detrimenti capere credidit Rufus Ephesius. Quod praeter haec talis exercitatio pedes atque crura, quorum propria actio exsistit, non parum adiuuet, compertum habetur apud omnes. Cum igitur tot cōmoda secum uehat cursitatio, non sine quoq. aliquibus incōmodis (quae est communis remediorum omnium natura) haberi potest. Eam namque in primis laboriosam esse, magnus philosophus Aristoteles probauit, ubi currentem ambulanti comparans, illum magis laborare persuadere conatur, quoniam elatus, atque pendens corpus supra se totum sustinet, ambulans uero parte insistente uicissim sustentatur, quasiue parieti admotus requiescit. qua ratione item contingere dixit, ut currentes potius quam ambulantes cadamus. Cursus praeterea eodem auctore carnem refrigerat, nec alimenti reddit capaciorem; nimirum cuius pars in imum conuertitur, pars a naturali calore penitus extenuata transit in spiritum: neque uero huiuscemodi exercitatio suapte natura ullum effatu dignum nocumentum generat. si tamen uel caput, uel thoracem nō admodum firmum, uel urinam ardore solicitantem inueniat, profecto morbos uarios generat. id quod de capite Auctor quarti de acutorum uictu libri significare uoluit, dum nonnullos ob cursum capite dolere scripsit. Quod item clarius confirmat Cassius Iatrosophista, qui magna celebritate, & incredibili lucro, ut Plinius testatur Romae medicinam aetate Cornelij Celsi, a quo ingeniosissimus uocatur, exercuit. Hic enim in problematibus suis medicis caussam sciscitans, qua illis, qui leniter mouentur, si prius capitis grauitate laborent, post motum sese leuatos sentiunt; qui uero C currunt, & si nullam antea grauitatem perciperent, post cursum capite grauantur: ideo euenire dicit, quoniā in sese placide mouentibus materiae ad inferiora descendentes ibi firmantur; in currentibus autem, licet humores ad infima labantur, illico tamen ad superiora resiliunt, ueluti contingere in pila super pauimentum iacta cernitur, quae si blande iaciatur, inibi quiescit; sin uiolenter, statim supra resilit. De thorace autem legitur apud Galenum, currentium spiritum anhelum, atque asthmaticum reddi, necnon interdum aliquod ipsis uas in pulmone aut pectore rumpi. quod non tantum intelligi debet de illis, qui ad eum affectum prius dispositi erant, uerum de alijs uehementer currentibus. Acanthio enim ille Plautinus cum ad Charinum uelocissime cucurrisset, dicit ex cursu rupisse ramicem, & iamdudum sanguinem sputare. sub ramicis nomine pectoris uenas latiores instar uaricis significans. Alioqui scriptum

lib. de affe. ren.

5. partic. prob. 38.

5. partic. prob. 91.

4. de nat. acut. aph. 115

Pli. lib. 29. cap. 1.

In Probl. medicis.

6. Epid. com. 2.
7. Metho.

In Merc.

ptum est ab Aristotele, eos, qui non concitate admodum currunt, D numerose spirare, quod ipsorum motus proportionatus efficitur, modumq. respirandi sensibilem praestans explicare numerum ualet. illis, qui uel in bubonibus, uel alibi rupturas patientur, cursum cauendum praecipit Paullus. Ad haec ardorem urinae ex cursu augeri, & homines testari possunt, & cerui, qui inter currendum usque adeo huiuscemodi ardore stimulantur, ut, nisi mingant, facile capiantur. quam rem animaduertentes sagaces uenatores, eos prosequuntur, nec mingendi ipsis potestatem faciunt. Cursum item hepate laborantibus, necnon renibus male affectis inimicum esse, traditum est a Cornelio Celso, & ab Ephesio Ruso. Atque haec omnia de cursu recta in anteriora facto a me explicata sciantur. pro quo id silentio non esse praetereundum duco, quod Aristoteles scriptum nobis reliquit; uidelicet, eos, qui cursum concitate agunt, E conuulsionibus maxime corripi, ubi quis inter currendum eis obstiterit: quandoquidem ea potissimum conuelluntur, quae in partem contrariam uehementer trahimus, atque mouemus. unde si homini currenti uehementerq. membra ultra propellenti quis obuiam factus obstiterit, accidit ut in partem contrariam ea retorqueantur, quae adhuc ante pertendunt, atque proripiunt. itaque conuulsio tanto uehementior incidit, quanto cursus contente magis agitur. Cursus insuper recta ad anteriora factus, atque longus ab Hippocrate nuncupatus secundum eius sententiam si sensim fiat, calefacit, & carnem diffundit, uerum corpora tardiora, atque crassiora reddit, multaq. comedentibus utilitatem praestat. At recursus in posteriora secundum Antyllum non celeriter initus, capiti, oculis, tendinibus, stomacho, & lumbis accommodatus, atque F utilis est; iccirco non replet caput. Circularis uero cursus secundum Hippocratem carnem minime diffundit; attenuat autem, distendit carnem, & uentrem maxime: propterea q. acutissimo spiritu utentes humiditatē in se ipsos celerrime trahunt. qua ratione ab ipso in ijs commendatur, qui nigra astra in insomnijs uident, nempe quibus morbus forinsecus immineat. Caput ualde offendit, uertiginesq. ut Theophrastus scribit, abunde suggerit; thoracem, & crura uitiat; ideoq. repudiari omnino debet. Sunt cursus per accliuia magis laboriosi, magisq. thoraci, & cruribus inimici; similiter, & per montes: per decliuia uero caput uehementius afficiūt, uiscera omnia quassant, coxas debiles perturbant; per plana cursus illa omnia praestant, quae iam declarauimus. Ceterum qui tecto corpore obeuntur, & sudorem mouendo magis humectant,

&

5. partic. prob. 16.

lib. 3. c. 53.

lib. 4. c. 8.

ibidem prob. 36.

2. d diaeta.

Oribasius Loco citat. 2. d diaeta.

In lib. de in som.

A & carnem calefaciunt, ideoq. Coelius Aurelianus capitis dolore laborantes ut uestitos currere faciamus, magnopere curandum praecepit; quemadmodum Theodorus Priscianus scriptis mandauit cursum cum uestibus laneis peractum asthmaticis prodesse; hunc tamen decoloratiora corpora efficere; quoniam sincerus spiritus allabens ipsa non depurgat, sed in eodem spiritu exercentur; auctor est Hippocrates, qui tamen eundem in illis probauit, qui stellas deficientes in insomnijs uident, quod secretionem in corpore humidam, ac pituitosam factam, & in externam circumferentiam illapsam esse significetur. Qui porro nudis corporibus efficiuntur, sicuti magnam sudorum copiam eliciunt, ita generose per occultos halitus euocant humores, corporaq. magis deurunt. quocirca Aristoteles sudorem, qui corpore nudo currenti prodierit, etiam si minor sit, magis laudat, quam qui sub ueste se prompserit, argumento illorum, qui nudi cursum aestiuo tempore actitant, quiq. coloratiores redduntur. indutis currentibus non ob aliud certe, nisi quod, ut omnes qui loca libera & adspiratiora incolunt, melius colorantur ijs, qui impedita, & silentia tenent, sic etiam se ipso quisq. coloratior est, cum ueluti spiritui afflanti placide patet, quam cum perstrictus, obductusq. a calore nimio angitur. quod certe ijs accidit magis, qui uestiti percurrunt, & qui nimis dormiunt, quippe qui ueluti adstricti, & propemodum strangulati, minus reliquis se se modico somno recreantibus colore florent. Cursum uniuersim acceptum magis hieme, quam aestate ex usu esse credidit Hippocrates, siue Polybus in secundo de diaeta libro. ex aduerso Oribasius tum hieme, tum aestate media conuenire sensit. cuius forsan sententia uerior iudicabitur, si sudorem quis aestate magis, hieme minus procurandum cum Aristotele arbitratus fuerit. sed de hoc iam supra abunde disputauimus, nec quidquam amplius remanet, quod ad finiendum hanc cursus tractationem pertineat.

[Margin notes: in libro de uertig. / li. 2. ad Timot. c. 12. / 2. d diaeta. / lib. de insomnijs. / 2. partic. prob. 30. / B / C]

Quid praestet saltus. Cap. IIX.



SALTVM inter uehementes exercitationes, quae ex robusta atq. celeri componuntur, collocandum iudicauit Galenus, & praesertim illum, qui sine ulla intermissione iugiter continuatur; qua de re ipsum calorem natiuum augere & concoquendis cibis crudisue humoribus conferre apud omnes perspectum est, licet postea capiti, atque pectori noce-

re ex eo constet; quod in huiuscemodi exercitationibus alterum ue- D hementer concutitur, alterum in inclinationibus, atque dorsi inflexionibus comprimitur, & ex compressionibus mox uasa tam pectoris, quam pulmonis franguntur: ut euenisse interdum narrat Galenus. Hoc praeterea saltui commune inest, ut grauidas mulieres abortiri facillime faciat: neque istud ab Hippocrate solum, ceterisq. uetustissimis auctoribus, ubiq. confirmatum est; uerum etiā ipsa rerum parens, optimaq. magistra natura nos uberrime edocuit, nimirum quae capreas, & cetera brutorum genera saltantia firmamentis quibusdam, ut indicat Galenus, muniuit, ne ligamenta, quibus fetus in utero continetur, dum illa saltare coguntur, faciliter disrumperentur; quod munimen cum humani generis feminis nequaquam concesserit, opinor eo consilio effecisse, ut cognoscerent homines, dum mulieres in utero gerunt, quaslibet saltandi E occasiones ipsis effugiēdas esse. Multae sunt saltus species, quarum duas Oribasius Antyllum secutus nominauit, exsilitionem uidelicet, atque saltum ita proprie uocatum. de exsilitione, quae quodammodo cursui adsimiliatur, hanc sententiam tulit, illam diuturnis capitis morbis accommodari, thoracem adiuuare, cum inflexionibus ualentibus careat; materiam, quae ad partes superiores rapitur, ad inferiora reclinare, cruribus imbecillis, sese non alentibus, ex carnibus, stupidis, atque tremulis praesidium afferre. hanc etiā intellexisse opinor Suetonium, ubi Augustum ambulare solitum, ita ut in extremis spatijs subsultim decurreret, scribit, quasi sic infirmitati coxendicum femoris, & cruris sinistri, necnon uesicae calculis, quibus afflictabatur, saepe occurreret. De saltu uero proprie sic appellato dixit, eum materiam infra exactius deducere, sed F quia thoracem nimis, & uiolentia motus, & magnis inflexionibus concutit, eius affectionibus minime conuenire; uerumtamen, & ad motum, & ad actiones promptum corpus ualde reddere; quod si ad nates efficiatur saltus, qualē Lacaenarum mulierum fuisse iam diximus, caput, ex eiusdem Antylli sententia, peculiariter purgat, & purgando siccat. atque de hoc mentionem fecisse Aretaeum puto, ubi in uetere capitis dolore saltum, & ξυνευπαίδευτον ἀνείλησιν laudauit, sicut & ἅφαλσιν in uertiginosis. euocat etiam menstruas mulierum purgationes, & fetus nimium adhaerentes expellit, quemadmodum Hippocrates testatum reliquit; secundas quoque retentas quassationis merito deijcit, necnon uterum, qui supra sese contraxit, in suum locum trahit, haemorrhoidas prouocat, lapillos ex renibus ad uesicam detrudit: genibus tamen ob conti-

nuas,

Marginal notes: 5. Meth. — in prin de nat. pueri. — 14. de usu partium. — in ci[us] uita cap. 83. — lib. 2. c 11. Lib. 1. cur. chir. c. 1. — in li de na. pueri.

A nuas, & nimis uiolentas flexiones, summopere nocet. Qui uersus altum peraguntur saltus sicuti coxas iuuant, ita pectori detrimentum afferunt: qui ad inferiora fiunt, caput a superfluitatibus, quas reclinant ad infimas partes, emundant, crura corroborant; ceterum uiscera omnia uehementius quassant, & ob id etiam qui uel hernias patiuntur, uel quas uocant alias crepaturas, uel uaricibus crura tumida gerunt, huiuscemodi exercitationes summo studio ex Paulli sententia uitare debent, sed & podagrici omnes, & qui leui qualibet de caussa a destillationibus ad pedes, tumoribusq. omnibus molestantur. saltus igitur hi sunt effectus, quem ubi purgatio ac phlebotomia necessaria est, nec uel aetatis ratione uel ob aliquod aliud impedimentum ulla earum administrari potest, pro ipsis supplere, redundantesq. humores exinanire manifestauit Gale
B nus; licet postea apud uarios medicinae auctores, & potissimum apud Rufum Ephesium inuenerim, eundemmet saltum ijs obesse, qui facile sanguinis mictum, aut fluxum, quiue renum imbecillitatem, ac feruorem incurrunt, necnon ulcus in ipsis aut habent aut mox habuerunt: quinimmo etiam sanis renibus interdum a saltu ualido frangi uenas, scriptum est apud Aetium. quae omnia de saltu simpliciter facto intelligenda esse uolo. Qui enim manibus uel lapide, uel plumbo, uel aliquo alio plenis saltare nituntur, ab alijs in hoc differunt, ut dicebant Aristoteles & Theophastus, quod illi inanem iactantes manum maiorem brachio laborem pariunt: hi uero minorem; siquidem brachium inani iactatione quasi conuellitur, cum in nulla re nitatur; in iactatione uero pondusculis manu apprehensis facta nulla huiuscemodi conuulsio contingit,
C quando saltans id manibus tenet, cui quasi nititur, quo minus fatiscat, haud aliter, atque currentes, qui dum manus inuicem quatiunt, uelocius procurrunt, quam manibus tensis, atq. otiosis; quoniam ita quasi sese sustentant, in eaq. manuum diuaricatione, & explicatione innixi uehementius, firmius, & consequenter uelocius mouentur.

[Margin: lib. 3. c. 53. — 6. epi. cõ. 3. aph. 2. — Lib. de passionib. ren. — 5. partic. prob. 8. in lib. πὲρὶ κό-πων. — Aristo. lib. de cõi aĩaliũ gressu.]

De Halterum condicionibus. Cap. IX.



ALTERIBVS factam exercitationem duram esse, atque uehementem, praeter Antyllum comprobauit quoq. ipse Galenus, dũ in huiuscemodi ponderibus apprehendendis, iactandisq. musculos omnes, atq. neruos ualidissime intendi confessus est. qua ratione efficitur, ut affatim corpus

[Margin: 2. đ tu. ua. Orib. lib. 6 cap. 34.]

pus calefacere haec exercitatio idonea sit, & praesertim dorsum; D
quod maxime in iactandis halteribus satisfacere uidetur; praeterea carnem creat; priuatim uero superiores partes ab illa exerceri memoriae mandauit Galenus: cuius ratione ante ipsum Aretaeus huiuscemodi exercitationem in antiquo capitis dolore, qui paullatim finiatur, usu probauit, ueluti etiam in coeliacis & uertiginosis. Sed
6. de tu. ua. cap. 14. 6. cur. chro. cap. 1.
Oribasius Antylli auctoritate humeros ipsam exercitare, stomachoq., quem diffluxio infestat, quiq. imbecillus est, & in quo cibus acescit, siue cum labore concoquitur, accommodari scribit: laudat in arthriticis Coelius Aurelianus, ut primo manibus cera emollienda detur, aut manipuli teneantur, quos palaestritae halteras appellant, tum primo cerei, siue lignei cum paruo plumbo intercluso mouendi porrigantur, deinde grauiores pro modo profectus: Ga-
Li 5. chro. cap. 2.
6. de tu. ua. cap. 14.
lenus cuidam, qui mordax, praecalidumq. semen inter emittendum sentire non tantum se, sed etiam mulieres, cum quibus rem haberet, referebat, inter cetera auxilia sese halteribus exerceret suasit: quem postea secutus Alexander Trallianus in priapismo curando huiuscemodi exercitationem commendauit, quod animaduerteret ipsam non modo ad retundendum, infirmandumq. semen, uerumetiam ad materiam in diuersum trahendam, spiritusq. flatu lentos digerendos conducere. similiter quoq. Galen. in ulcerum crurum curatione, nisi quid aliud impediat, halteribus peractam exercitationem probauit, propterea quod sic impeditur, quo minus humores ulceribus noxij ad partes inferiores delabantur. Idem etiam, ubi purgatio, aut phlebotomia requiritur, nec eas aetas, aut aegrotantis uoluntas permittit, loco ipsarum supplere iudicauit.
E
lib. 9. c. ult.
de cōp. me. per genera. cap. 2.
6. epi. cō. 3. aph. 2.
Verum enim uero neq. capite, neq. thoraci similem exercitationē F
congruere ullus affirmaret, quorum alterum nimis, atq. inaequaliter agitatur, alterius autem uasa, ne ob maximam, qua brachia utuntur, uim aliquo pacto labefactentur, periculum imminet. Quā rem fortasse considerans Martialis, fossionem, quam Galenus, & exercitationem simul, & opus fecit, sicut supra ostendimus, huic exercitationi proposuit sub hisce uersibus:

lib. 14.

Quid pereunt stulto fortes haltere lacerti?
Exercet melius uinea fossa uiros.

Huius cum secundo libro tria fecerimus genera, Primum ea omnia praestare creditur, quae iam enarrauimus: Alterum uero particulari quadam facultate crura, neruosq. confirmare, & materiam deducere scripsit Antyllus; ueluti & tertium spinam, illaq. iuuare, & mollire, sed caput pessime afficere dixit. Vnum illud hisce

omni-

A omnibus adiungere opportunum duco, quod quamuis hac tempestate figura illa halterum antiquorum a Pausania descripta in usu non habeatur, cum tamen loco eorum apud alios massulae plumbeae, ferreaeue, apud alios lateres, ac lapides prope sphaerici & graues usurpentur, nihil figura illa refert ad uariandos effectus, efficiendumue, ne eadem facultas tam in usu nostrorum, quam in priscorum inueniatur, eo magis quod haud secus qui hodie sese exercent in lapidibus, uel massulis proijciendis, brachia, dorsum, omnesq. superiores partes mouent, contorquentue, ac faciebant antiqui halterum exercitatores: ut hac una ratione omnes effectus a nobis supra expositi in nostris etiam exercitationibus exspectari debeant. 5.Eliacor.

De disci, atque iaculationis effectibus. Cap. X.

B DE disco quamuis apud medicinae probatos auctores, paucam omnino mentionem factam inueniam, ob idq. fortasse locus iste dimitti postularet; quoniam tamen a Galeno proditum fuit, disci iactum, nedum exercitationem apud antiquos exstitisse, in gymnasijsque fieri solitam, uerum etiam inter uehementes exercitationes haud postremum locum obtinuisse, atque hodie quoq. apud multas nationes in usum exercendorum corporum uenire, proinde siccis (ut aiunt) pedibus praeterire illum omnino nolui. Quo circa in primis sciendum erit, hanc exercitationem, modo in ceteris non delinquatur, accommodate calefacere, & propterea frigidis corporibus, atq. illis, quibus ueloces exercitationes negantur, perfecte conuenire, C necnon imbecillos, & inferioribus membris inualidos moderate corroborare. cum etenim magni atque uehementes obnixus in lõgius discum proijciendo requirantur, fit ut uehementia motus, ac musculorum intensione artus magis solidescant, & ab excrementis purgentur. cuius purgationis merito consuluit quandoque Galenus, ut, si quando purgatio, & phlebotomia requireretur, nec ipsae aliquibus impedimentis adhiberi permitterentur, earum uice per discum facta exercitatio admitteretur, quae nimirum id praestaret, quod in phlebotomia, & medicamentorum purgatione, ex optaretur: peculiariter autem exercitatio ista brachia, lumbos, ac denique uniuersum dorsum corroborare idonea est, quae scilicet partes in ipso maxime omnium agitantur: in uertiginosis quoque ab Aretaeo commendatur. Ab illis uero magnopere euitari debet, quicumque aut renes, aut thoracem male affectos habent: nam il- In. 6. epid. cõ 3. aph. 2

li feruidiores, atque flaccidiores redditi incredibilem quandam dis- D
solutionem contrahunt; huius interna aliqua uasa, ut testatum fecit Galenus, non raro disrumpuntur. Et ne quis credat, eandem exercitationem exstitisse halterum, atque disci, sciendum praeter uariam utriusque figuram iam a nobis in superioribus libris declaratam, hoc quoque discrimen habuisse, quod halteres uarijs contorsionibus altius agebantur, discus uero, etsi in altum proijceretur, tamen longitudo spatij iactatione peracti potius metiebatur eo ferme pacto, quo hac tempestate faciunt, qui sese in lateribus oblongis proijciendis exercent, in quibus ijdem effectus uidentur, qui olim in discobolis uisebantur. Iaculatio porro sicuti a disci iactu parum in ipsa proiectione differre uidetur, ita quoque uires similes & ad nocendum, & ad iuuandum obtinere credendum est, quo fit ut pauca de hac exercitatione nobis dicenda relinquantur. Illud mi- E
nime silentio obuolui debere sentio, ueteres scilicet non sine mysterio Aesculapium, atque Apollinem, ambos medicinae auctores, ambos sanitatis magistros arti iaculandi tamquam Deos praefecisse; nimirum hac sententia innuẽtes, huiuscemodi exercitationem bonae ualetudinis conseruationi, boniq. habitus acquisitioni strenuam opem afferre. cuius exercitationis postquam plures species effecimus, alias a iaculorum, siue sagittarum uarietate desumptas, alias ab arcubus seu balistis, quibus illae emittuntur, acceptas, omnes eandem plane facultatem posidere autumo, nisi quod eos, qui in ferreis uocatis palis iaciendis exercentur, hoc admonitos uelim, ut magnam curam adhibeant; quoniam saepe numero peritonaeum disrumpi, intestinaq. in scrotum descendere, & per consequens hernias in similibus exercitationibus generari experientia F
compertum est: cumq. in emittendo maxima uis, atque intensa spiritus retentio adhibeatur, pectori adstricto, atque infirmo huiuscemodi iaculationem aduersari puto. Non est quoq. illud ignorandum, quod Marcus Tullius memoriae prodidit, Philoctetem, dum cruciaretur, non ferendis doloribus propagasse tamen uitam aucupio sagittarum iaculatione facto. quod an faceret exercitatio ipsa, an delectatio illam insequens, mihi ab utroque factum uerisimile uidetur.

Margin notes: lib.2.c.12. — 5. de finib. bo. & mal.

A De deambulationum qualitatibus. Cap. XI.

SI ullum est exercitationis genus, quod illis, qui sanitati operam nauant, maxime quaerendum, atque cognoscendum sit, quodq. ceteris quibuscumque frequentius a cunctis fere hominibus, omniq. tempore exerceatur, unam proculdubio deambulationem esse nemo negabit: si quidẽ nullus est, siue puer, siue adultus, siue senex, qui non modo eam praestantissimam, sed solam exercitationem non credat. pauci tamen reperiuntur, qui uel ratione, uel longo usu, quibus quaeq. corporis partibus, & prosit, & noceat, perfecte animaduerterint: id quod euenisse existimo, cum ob uarias illius species, tum ob posteriorum hominum incuriam, qui & in huiuscemodi rebus, & in B quampluribus alijs antiquioribus negligentius, atque oscitantius sese gesserunt. Quamobrem operaepretium facturum me esse spero, si, deambulationum species praecipuas recensens, consequenter quid unaquaeq. tam boni, quam mali efficere ualeat, demonstrauero. sed duo ante cetera ab omnibus considerari cupio. Primum quod saepe inuenire est apud auctores medicinae Graecos, & Latinos, praecipi simul ambulationes, & exercitationes; quasi illae ab his separatae nec exercitationes sint. quorum sententias sic interpretari uolo, ut semper, dum ipsas seiungunt, sub nomine exercitationum, eas, quae proprie ita appellantur, significent; cum ambulationes communiter, & non proprie exercitationes appellari mereantur: Alterum est, duas Galenum, & eos, qui ipsius doctrinam secuti fuerunt, deambulationis principales species tradidisse, C alteram apotherapeuticam a medicis nuncupatam, necnon post relictos aliarum exercitationum labores adhiberi solitam, de qua nõ est nunc instituti nostri multa uerba facere; alteram simplici nomine deambulationis appellatam, qua uti auxilio quodam, aut in affectis corporibus ad reparandam ualetudinem, aut in sanis ad conseruandam, atque augendam maiores utebantur, nosque uti possumus: atque de hac erit tota nostra tractatio, cui ideo Galenus nullam propriam differentiam, ut fecit in ceteris exercitationibus, assignauit; quoniam, cum tot species habeat, non parum diuersas, sub unica illas omnes differentia comprehendere impossibile uidetur. Deambulationes itaq. diuiduntur tum a motu ipso, a quo (ut sic dicam) earum essentia exsistit; tum a loco, in quo perficiuntur; tum a tempore. A motu, quoniam aliae celeres sunt, aliae tardae, aliae uehementes, aliae remissae, aliae multae, aliae paucae, aliae

mediocres, aliae longae, & rectae, aliae breues, & reuersiuae, atq. D
hae, uel totis pedibus, uel summis digitis, uel calcibus. A loco, quoniam aliae fiunt in montibus, aliae in uijs planis; & quae in uijs planis, aliae in inaequalibus, aliae in aequalibus, & uel sub porticu, uel sub Dio, uel sub Sole. A tempore, quoniam aliae fiunt hieme, aliae aestate, aliae mane, aliae uespere, aliae ante cibum, aliae a cibo. Tot enim deambulationum discrimina (ne minutius rem partiar) apud auctores, atque ex ipsa rei natura, experientiaue reperio: quarum nonnullae sane possunt esse apotherapeuticae, sicut apud antiquos
6. colle. fuerunt. At non est ignorandum, tunc illas in usum uenire, quãdo
cap. 21. iam confectae sint grauiores exercitationes, siue post purgationes, quas medicamenta fecerint, & post sublitionem oculorum, & post copiosum uomitum: atq. hoc deambulationis genus aptum est animum remittere, spiritum commutare, in ordinemq. adducere, E
quae distenta sunt soluere, itemq. thoracem purgare, & facilem respirationem reddere, instrumenta sensus roborare, uentriculum firmare, &, quod maximi refert, omnem affectionem, quae lassitu-
2. d̃ diaeta. dinis sensum infert, quaeq. perturbat, explicare, atque dissoluere.
prope finẽ. de ista loquebatur Hippocrates quando scripsit, deambulationes post exercitationes corpora pura reddere, attenuareq., minime uero permittere, ut caro prae labore colliquetur, sed ipsam purgare. Atqui deambulationũ simpliciũ mediocris ceteris omnibus magis
16. famil. ex usu est: de qua intelligendus est M. Tullij locus, quando is Tiro-
Epist. lib. ni consulens, ut ualetudinem curaret, ab ipsa quinq. postulari scripsit, πέψιν, ἀλυπίαν, περίπατον σύμμετρον, τέρψιν, εὐλυσίαν κοιλίας, idest ciborum coctionem, tristitiae carentiam, ambulationem moderatam, oblectationem, & alui solutionem facilem. mediocrem au F
tem appello ambulationem, quae inter differentias enumeratas nihil alioquin excedit, aut deficit, multa tamen, atque contenta sit, quemadmodum ambulationem profuturam esse debere tradidit
Orib. ibid. Antyllus, quae, ut sentit idem, capiti, oculis, gurgulioni, thoraci,
7. epist. 79. nisi adsit sputum sanguinis, male affectis auxiliatur. De hac loquebatur Seneca, quando sese destillationi, a qua ualde affligebatur, de
Lib. chr. 1. ambulatione succurrere fatebatur. hanc eandem pro insania, proq.
c. 5. & li. 3. asthmate curandis Coelius Aurelianus commendabat: est uero etiã
cap. 1. 9. d̃ comp. maxime utilis stomacho humescenti, dolenti, & in quo alimenta
med. s l. c. 1 coacescunt, corrumpunturue. In arquatis, siue ictericis curandis
31. ea usus Archigenes inuenitur. similiter efficax est ad mulieres, quibus suppressae sunt purgationes, & cum aluus sistitur, cibi supernatant, urina retinetur. non mediocriter quoq. coxendicis mor-

A bis prodeſt, & ad ſummam omnibus ijs, in quibus neceſſe eſt aut a
ſuperioribus partibus ad inferiores aliquid defluere, aut quae ad in
feriores partes propenſa feruntur, excernere. Iam uero febrienti-
bus omnibus deambulatio huiuſcemodi obeſt, nimirum quae, ut
ſentit Galenus, calorem, & conſequenter febres augeat; nocet epi 6. Epid.
lepticis, ſanguinem excreantibus, mingentibusue, aut ſeminis de- com. 3.
fluuium patientibus. Porro uelox deambulatio magnopere cale- aph 3.
facit, magnitudinem carnis, ſi quid aliud, tollit. cuius gratia Coe li. 4 chro.
lius Aurelianus eam in colicis affectibus, in quibus requiritur ca- cap. 7. &
lor, atque in polyſarchia adhibendam eſſe iudicauit. Ambula- lib. 5. c. ult.
tiones tardae fere eadem praeſtant, quae ab apotherapeutica ef-
fici diximus: quo circa ualetudinarijs ſenibus imbecillioribus,
& ijs, quos poſt cibum ambulare delectat, quiq. nuper a ſomno ex
B pergiſcuntur, aut ad maiores exercitationes ineundas ſeſe praepa-
rare uolunt, aut quauis parte dolent, accommodatae erunt. Has 2. de acutis
etiam eſſe crediderim, quas Hippocrates, Auicenna, & Haly a ce- 3. 1. doct. 2
na ad magis cibum in uentriculi fundo ubi citius abſoluitur coctio cap. 7.
accommodandum probarunt, quasq. Galenus 7. Methodi pro par. 1. 13.
reficiendis corporibus exſiccatis commẽdat. In capitis dolore Coe- 7. Metho.
lius Aurelianus probauit, ut laborãs deambulatione exerceretur, 1. chronic. cap. 1.
primo tarda, dehinc medio tempore fortiori, atq. paullo erectiori Cap. 4.
extentis cruribus; idem & pro epilepticis ambulationem leuẽ pro-
bauit, nempe quae ſine capitis concuſſione humores a ſupremis ad
infima deducere, eos leniter diſſipare, attenuare, & uniuerſum cor
poris habitum citra noxam calefacere ualeat; quarum omnium gra
tia eam in quartanarijs, ubi paroxiſmus non affligit, iuuare, mino-
C rem fatigationem quã ſtare pedibus afferre, tradidit Galenus. In
ſpirandi difficultate & in ſacro igne ſimiliter, quem graeci ἕρπητα,
Scribonius, Zonam, Plinius circinum uocant, ambulationem hu 1. ad Glau.
iuſcemodi conducere teſtatum reliquit Cornelius Celſus; quam li. de palp.
& pro elephantiaſi curanda in uſu habendã eſſe conſuluit cum eo conul. & ri.
Coelius. uehemens ſiue nimia deambulatio frigidos adiuuat & ea lib 3. de re med. c. 33.
ratione a Celſo ad debellandum corporis tremorem uſurpatur; an li. 4. c. 4 & lib. 5. c. 28.
helitum auget, & flatus diſcutit, ac capita debilia magnopere per- Li. 4. chro.
turbat, & ob id iure reprehendendus eſt Praxagoras, qui in epilepti cap 3
cis plurimas, & uehementi motu celebratas deambulationes adhi- Cel. lib. 1.
bebat: pedibus ſimiliter debilibus, & ſuſcipiendae podagrae ex- cap. 4.
poſitis noce; quandoquidem ob nimias deambulationes non ra-
ro iſchiadicos dolores & podagram generari, ſcribit Galenus; ſi-
cuti ex aduerſo remiſſam arthriticis, & podagricis & ulceribus in-

ternis conuenire, insinuarunt Coelius, & Celsus, ubi deambulatio- D
nẽ molli stramine, coaequato solo peractam ipsis commendauit. de
bent enim (ut scriptũ est a Tralliano) qui podagra & articulorũ af-
fectionibus turbantur, μετρίως, & ἄνευ κόπου πολλοῦ moueri, potis-
simumq. ante, & non post cibos. Nam lassitudo his maxime aduer-
satur, ut quae articulos plus iusto calefaciat, & inflammet, ipsiq. aliã
rursus materiam ex longinquioribus particulis ad se attrahentes, ar
ripientesq. fluxibus iugiter caussam suggerant. Multa deambulatio
secundũ Antylli sententiam iuuat eos, qui caput, uel thoracem ma
le affectum habent, & a quibus infernae corporis partes nõ nutriũ
tur, quiue in exercitationibus uehementiori motu egent; pauca ue
ro prodest ijs, qui post exercitationes non lauantur, quibus a cibo
deambulationibus opus est, ut is in fundum stomachi descendat, &
quibus grauitas in corpore sentitur. Longa & recta ambulatio E
minorem, quam breuis, molestiam parit, capiti prodest: ut non im
merito Coelius, atq. Cornelius Celsus epilepticis curandis eam ex
Oribasius ibidem usu esse iudicauerint; at nimis exsugit, humiditates, atq. exsiccat. ob
lib. 1. c. 4. idq. merito accusandus est Themison, qui atrophia laborantes duo
Lib. 3. c. 33. decim stadiorum spatium gressu conficere suadebat. Longa & con
Cel. lib. 3. chronic. 7. citata singultui comprimendo secundum Aetij sententiam strenue
prodest: breuis sicuti magis fatigat, cum (ut dicebat Aristoteles) ex
motu & quiete inter reflectendum orta constans diuersitatis illius
opera laborem inferat, ita quoq. reuersionibus illis continuis ca-
put labefactat: & propterea ab eodem Coelio non sine ratione epi-
lepticis damnatur; cuius rei caussa ambulatio quoq. circularis meri
to improbanda est, ut pote quae caput uertiginosum reddat & ocu
lis uehementer noceat. Nam Cassius medicus antiquus in libello F
Probl. 38. problematum, quem graeca lingua conscripsit, caussam indagans,
ob quam motus recto tramite facti uertiginem non generent, sed
solum circulares, ob id accidere dicit, quia motus recti minime dif
flationem materiae impediunt, circulares uero eã fieri non sinunt,
quod aer uehementius illisus prohibeat; ad haec materiae intus agi
tantur, quemadmodũ & foris, ubi circumlatae, neq. foras prodire
ualentes motũ in capite uertiginosum afficiunt. sicuti namq. icteri-
ci omnes externos sapores amaros sentiunt, & qui suffusiones in o-
culis patiuntur, quoscumq. colores rubeos iudicant, similiter in cir
cularibus motibus, cũ in oculis humores in orbem agantur, omnia
externa circumferri uidentur, sicq. uertiginosa passio oboritur. Ex
ambulationibus, quae cum intensione crurum calcibus incumben
do fiunt, quemadmodũ scriptum est ab Antyllo, capiti male affe-
cto

A cto conueniunt, itemq. thoraci humidiori, utero conuulso, purgationi suppressae, partibus infernis ab alimento fructum non capientibus, & omnino quibus materia sursum repit. Quae uero extremis digitis obeuntur, eas obseruatum fuit, proprie lippientibus, & aluo suppressae utiles esse. Quae uero totis pedibus fiunt, cum sub aliqua semper praedictarum differentiarum comprehendantur, ipsarum etiam facultates obtinere, rationi consentaneum est. Atq. haec de speciebus ab ipso motu desumptis.

Iterum de deambulationum qualitatibus. Cap. XII.

INTER deambulationum species, quae a loco accipiuntur, illae, quae fiunt in montibus, aut adscendendo, aut B descendẽdo exercentur. si fiant adscẽdendo, ualde profecto uniuersum corpus fatigatur, quoniam referente Galeno attolluntur eo motus genere, & perinde ac onus quoddam sustinentur ab ijs, quae primum mouentur instrumentis, reliqua corporis membra uniuersa. scribit Aristotel. ambulationes per accliuia, tametsi sint hebetiores motus, magis sudorem prouocare, quã per decliuia, necnon spiritum prosistere; quoniam graui cuiq., ut deorsum ferri secundum naturam est, sic ferri sursum contra naturam, itaq. caloris natura, quae nostra prouehit corpora, ut nihil per decliue laborat, sic per accliue pressa onere nititur, acriusq. ob eiusmodi motum incalescit, & sudorem mouet, & spiritum prosistit, cum etiam corporis uarius inflexus non nihil afferre caussae posit, ut directa spirandi reciprocatio auferatur. qua ratione secundum C Antylli sententiam talis ambulatio etiam thoraci, qui spiritum exiguum ducat, & praesertim ante cibum confert, maiorumq. exercitationum uice nonnumquam supplet. Legitur de Demosthene, consueuisse ipsum adscẽdendo deambulare, atq. inter ambulandũ orationes pronunciare, quo sic productae spiritus contentioni, qua oratores in dicendo opus habent, assuesceret. Verum enim uero genibus infirmis eadem ualde aduersatur; propterea quod dicebat Aristoteles, dũ adscendimus, nos corpus sursum iactare, distentionemq. corporis & genuum mouere; ad haec genua ipsa, quae secundum naturam in anteriorem partem flecti nata sunt, quasi contra naturã flecti retro, ob idq. magnopere dolere atq. laborare. Ex altera parte ambulatio decliuis, quae descẽdendo obitur, magis altera a capite ad inferiores partes trahit; at femora inualida nõ parũ laedit, nimirum quae & eiusdem Aristotelis sententia in hoc mo-

2. d tu ua. cap. 9.
2. partic. prob. 38.

5. partic. prob.

tu contra Naturae inclinationem ante aguntur, quasiq. mouendo D
crura uniuersi corporis pondus sustinent, & proinde uehementer
fatigantur. Ambulationes quae tum adscendēdo, tum descenden
lib. 1. c. 2. do peraguntur a Cornelio Celso comprobantur, eo quod ita uarie
tate quadam corpus uniuersum moueatur; nisi tamen id perquam
imbecillum sit. Quae uero fiunt in uijs planis, & aequalibus ex sen
tentia Aristotelis ob motus, quam seruant (ut sic dicam) uniformi-
tatem, magis corpus labore afficiunt, & ob naturae, quam tenent
similitudinem, citius labores finiunt, necnon ad spiritum, & ad cor
pus aequaliter constituendum magis accommodatae sunt, quam fa
ctae in inaequalibus. At deambulationes per inaequales uias factae
non modo minus fatigant, uerum etiam utiles ijs sunt, qui cito de-
ambulando defatigantur, atque hoc Antyllus intelligebat, cum
ambulationes, quae in uijs peraguntur, minori cum labore fieri scri E
Oribasius psit, quam eas, quas in locis deambulationibus dicatis obimus. Hoc
Loco citat. idem innuere uoluit Acumenus medicus apud Platonem in Phae-
In Oecon. dro, ubi ambulationem in uijs ambulationi in cursibus praepo-
suit, de quo supra latius disputauimus. neque aliud intellexit Ischo
macus apud Xenophontem, quando ambulationem, qua ipse in
agrum seruum cum equo sequebatur, ambulationi in xystis factae
praetulit. in his tamē disterminandis ualde refert, nūquid in pratis,
in locis asperis, an in arenosis efficiantur; quoniā si fiant in pratis,
blādissimae proculdubio sunt, nihil omnino sensus tentāt, nihil cō-
mouent, at eas caput implere, tum propter odoris suauitatem, tum
propter humiditatem, quae illis inhaeret, auctor est Antyllus. Fa-
ctae in locis asperis caput replent. Quando autem in arena, & maxi
me profunda (quod genus est uehementissimae exercitationis) a- F
guntur, magna efficacia pollent ad omnes corporis partes firman-
das, corroborandasq. cuius gratia Augustus dū coxendice, & fe-
more, & crure sinistro, non satis bene ualeret, immo saepe ea parte
claudicaret, hac deambulatione confirmabatur. sic enim locum Sue
In uita Au tonij interpretari debere censeo. ubi eum arenarum, & arundinū
gusti. c. 80 remedio usum tradit, arenarum quidem tum ad desiccandas fluxio
nes, tum ad confirmandam ut iudicaui coxam arundinum ad con-
tinendum, & claudicationem impediendum. quod quo modo
fieri debet, edocuit Cato lib. de re rust. cap. 160. Ad materiam
subinde, e supernis ad infernas partes deducendam, eamque dis-
li. 2. chro. sipandam potentissimae exsistunt, & ideo male forsan a Coelio
cap. 1. taxatur Erasistratus, quod deambulatione in arenosis locis pa-
ralyticos exercendos suaderet. sub porticu factae ambulationes,

A aut loco concluso, ut spelunca & similibus a Celso, & ab alijs non admodum probantur: quandoquidem aere libero non fruuntur, sed intemperato, uitioso, crasso, corpusque uniuersum replente: nisi tamen porticus, aut loci cooperti in locis sint domus superioribus, ac tabulis stratis, ubi ambulationes ceteris quibusque ab Antyllo anteponuntur, quod uaporum, qui e terra effluunt, sint expertes, aeremque puriorem habeant. Nec opponendum est huic sententiae nostrae, quod antiqui cryptoporticus in usum istum exaedificatas haberent: quia illis dumtaxat utebantur, quando pluuiae, tempestates, aut immodici uentorum impetus, aerisq. iniquitas uetabant, quo minus in aperto aere deambularent, quo tempore, neque nos illas refutamus. Ceterum quae fiunt sub Dio, omnes factis in porticu a Cornelio Celso praeferuntur. A Vitru-B uio quoque ualde celebrantur Hypaethrae ambulationes, & praesertim si uiridia adsint, quod tales magnam salubritatem habeant; & primum oculorum, quod ex uiridibus subtilis, & extenuatus aer, propter motionem corporis influens perlimat speciem, & ita auferens ex oculis humorem crassum, aciem tenuem, & acutam speciem relinquit. Praeterea cum corpus in ambulatione calescat, humorem ex membris aer exugendo imminuit plenitates, extenuatque dissipando, quod plus inest, quam corpus potest sustinere, ex quo ut in hypaethris locis ab aere humores ex corporibus exugerentur molestiores, quemadmodum ex terra per nebulas uidentur: consuluit architectorum princeps amplissima, & ornatissima sub dio hypaethrisque ambulando collocari in ciuitatibus aedificia. Verumenim uero apud medicos subdiales hae deambu-C lationes plurimas differentias obtinuerunt. nam quando prope mare fiunt, & siccandi, & crassos humores attenuandi uim habent; quando circa flumina, & stagna, humectare possunt: sed utraque nocent, & praesertim stagna, ideoque non temere has omnes in Epilepticis damnauit Aretaeus, quando in mediterraneis partibus aguntur, quemadmodum supradictis sunt praestantiores, ita quoque factis circa mare cedunt, quando in rore, humectant nō sine damno: sed si in locis auium uolatu frequentatis ambules, efficacissimus is motus erit ad euocandum per halitum, & ad leuandum, haud secus, atque si in sublimibus locis ambules. Quae deinde sub Dio in locis uento minus perflatis ambulatio efficitur, ualet secundum Antylli sententiam ad euocandum per halitum, & ad excrementa dispergenda: itemque remittit, nec ferit. hanc Aetius in colicis doloribus a frigida caussa ortis commendauit. sed quae

lib. 3. c. 4.

Loco citato.
l. 6. 5. c. 9.

Oribasius loco citato

quae perflante uento peragitur, si sub borea, tusses excitat, thoracemque laedit, at uires collabentes firmat, sensuum integritatem affert, stomachumque dissolutum roborat. atque de hac fortasse loquebatur Coelius Aurelianus, dum stomachicis deambulationes sub Dio pro modo uirium adhibendas consulebat, si sub Austro, caput replet, sensuum instrumenta hebetat, aluum mollit, atque ad dissoluendum ualet: si zephyris spirantibus, talis ambulatio ceteris omnibus, quae in uento fiunt, praestat: non enim habet insuauitates boreae, quin potius mansuetudo simul, atque iucunditas sunt coniunctae. Quae in Apeliote fit, mala est, & ferit atque ita se habent ambulationes subdiales in uentis peractae. Sequuntur, quae fiunt, uel in sole, uel in umbra: qua in re auctores diuersa sentire reperio. Cornelius Celsus, si caput ferat, meliorem ambulationem in sole, quam in umbra esse dixit, & meliorem in umbra, quã parietes, aut uiridaria efficiunt, quam quae tecto subest. Ex altera parte Oribasius auctoritate Antylli ductus improbat illam, ueluti quae effundat, caput impleat, atque inaequalitates gignat. quam sententiam non auderem alteri praeponere, nisi & ratio, & ueterum medicorum, praesertimque Hippocratis, & Galeni auctoritates testatum fecissent, solis radios humanis capitibus maximas noxas inferre. nempe quae si calida, & humida, magis calefiant & eliquentur; si sicca, sicciora reddantur, & demum quaecumque sint, semper offendantur, modo uel rustici, uel alij sub sole uiuere assueti non sint. Quod probe cognoscens Hippocrates siue Polybus ad euitanda capitis detrimenta non quamlibet deambulationem, sed solam in frigore, aut in sole peractam uetat. Atqui non illud tacendum esse duco, semper eligi potius debere in sole ambulare, quam stare, & ambulare uelociter, quam segniter, sicuti praeceptum fuit ab Hippocrate in libro de salubri diaeta. cuius rei hanc attulit rationem Aristoteles, quod cum stamus, calor permanet, sicque amplius calefacit. corpus etenim nostrum (dicebat is) uaporem quendam tepidum de se continuo mittit, qui proximum & ambientem aerem tepefacit, unde aer postea ille corpus calidius reddit, cum autem quis in sole mouetur, flatus excitatur, qui refrigerare nos potest, quando motus quisque frigidus habetur. Ambulandum potius in umbra (dicebat Celsus) quam parietes, aut uiridaria efficiũt, quam quae tecto subest: quoniã aer assidua quadam, & blanda uentilatione salubrior redditur. qui aer, quoniam interdum ab arboribus noxijs infici, & corpora deinde contaminare consueuit, ut de nuce arbore, atque Narcisso memoriae prodidit

Plu-

Margin notes: Lib. 3. chr. cap. 2. — lib. 1. c. 2. — in 2. de morb. — 5. partic. Prob. 34.

D E F

A Plutarchus, propterea huiuscemodi umbras inter deambulandum fugere expediet. Neque item curam adhibere minorem oportet, ut arbores rore suffusae uitentur, quoniam, si per ipsas frequenter quis ambulet, membra faciliter lepra tentantur, atque huius eam Laitus apud Plutarchum in nat. quaest. attulit rationem, quod ros corporibus illabens ipsa mordeat. atque excoriet, uel potius quod a rore colliquatis arborum superficiebus aspergo quaedam noxia inde corporibus affusa inhaereat, quae partes extimas ipsorum mordeat, atque discindat: etenim rori uim colliquatiuam (τηκτικὸν, non δηκτικὸν, & re ipsa, & uetusto codice permotus legendum puto) inesse perspectum satis illud facit, quod ros bibitus gracilitatem inducit, ut mulieres eae manifesto declarant, quae alioquin obesae dum tenuibus uestimentis, aut lanis rori colligendo operam nauant, eo in exercitio carnes consumunt. In omnibus autem fere proderit sub iis umbris ambulare, quas epilepticis probauit Aretaeus & uertiginosis, nempe sub arboribus myrto, aut lauro, aut inter acres & bene olentes herbas calamentum, pulegium, thymum, mentham, maxime quidem agrestes, & sponte nascentes: sin harum copia desideretur, inter humano cultu procreatas. Est in hac quoque non exiguum discrimen respectu caeli, quod, dum serenum est, tunc ambulatio leuat, per halitum euocat, attenuat, bonam respirationem, & mouendi facilitatem parat: dum uero nubibus obtegitur, grauitatem affert, per halitum non euocat, tandemue caput implet. De ambulationibus faciendis uel hieme, uel aestate, uel alio tempore diximus in libro quarto, ubi tempus exercitationibus accommodatum definiuimus: superest tantum illud adnectere, ambulationes quaslibet ante cibum fieri debere, tum mane, tum uespere: quandoquidem matutina aluum emollit, si credimus Antyllo, segnitiem a somno contractam dissoluit, spiritusq. attenuat, calorem auget, & appetitum excitat: quinimmo Hippocrates hanc eandem humidioribus temperamentis conuenire, quod humoris transitus exinaniantur, neque animae meatus occludantur, scribit: sicut, & attenuare, nec non partes circa caput leues, agiles, ac promptas reddere, & aluum soluere confirmat. uespertina uero ad somnum hominem praeparat, ac inflationes dispergit, caput tamen debile male afficit, ob idque iure accusatur Serapion a Coelio, quod epilepticos imperaret circa uesperam ambulare, ac rursum conquiescere, & deambulationem repetere. Post cibum diximus exiguam ambulationem assuetis conuenire, atque illis, quibus non sine labore in fundum uentriculi descendit cibus: illis pariter,

3. Sympto. prob. 1.

Cap. 11.

2. de diaeta.

lib. 1. chro. cap. 4.

pariter, quibus caput repletum est, lentam post cibum deambulationem commendauit, Galenus, secutus fortasse in hoc Aretaeum, qui in uetusto capitis dolore eandem in usu habendam uoluit. quamquam secundo de comp. med. ubi de dolore capitis ex ebrietate agit, uelit, neque multum comedendum, neque statim a cibo deambulandum. In reliquis quo modo conueniat, non uideo, & propterea Dioclem medicum antiquissimum, & clarissimum satis mirari non possum, quod phtisicos deambulatione post prandia uexandos esse uoluerit, quae sicuti concoctionem ciborum interturbat, ita multos ad caput uapores efferri, atque ibi in humiditatem conuersos ad pectus, & pulmonem diffluere facit, quo nihil phtisicis contingere perniciosius potest: eo magis, quod licet Hippocrates huiuscemodi deambulationes in humidioribus temperaturis approbet: aluum tamen, corpus, & uentrem siccare confitetur: ne illa omnia in medium adducam, quae de huiusce generis ambulatione scripta sunt in libro de insomnijs Hippocrati adscripto. qui liber cum multa superstitiosa contineat, forsan aliquis ijs, quae ibi de ambulatione post prandium in pluribus commendata dicuntur, paucam fidem adhibeat. Hactenus de ambulatione. iam cetera aggrediamur.

6. de tu. ua cap 7. 2. de cōp. med.

Cel. lib. 2. cap. vlt.

2. de diaeta.

D

E

Explicit Liber Quinctus.

ARTIS GYMNASTICAE LIBER. SEXTVS

Quos erectum stare effectus pariat. Cap. I.



OS, qui pedibus erecti permanent, exerceri, quoniam abunde in superioribus demonstrauimus, hãc rem amplius in disputationem reuocare prorsus ridiculum foret. proinde, quot modis haec exercitatio uarietur, quosq. quaeque pariat effectus, declarabo. Quod etenim haec exercitatio priuatim dorsi partes afficiat, Auer-
B roes, inter Arabas non infimus, satis aperte dixit. Qui igitur illud 6. collect. cap. 2.
debile a natura, uel casu sortiti sunt, summo studio id exercitationis genus euitare debent, nempe quod (ut saepius diximus) maiorem, quam ipsa ambulatio, defatigationem pariat: quibus etiam in ĩ lib. de passionibus renum.
renibus inflammatio, uel ulcera orta sunt, ne stent, magnopere cauendum esse, censuit Rufus Ephesius. debent quoque huiuscemodi exercitationem auersari, quos uel herniae labor sollicitat, uel in cruribus, aut scroto, uarices dilatantur, uel ulcera in inferioribus partibus orta sunt, aut qualibet de caussa oriuntur. quam sentẽtiam nisi medicorum auctoritas cõfirmasset: ueram tamen esse ipsa ratio persuaderet: quae scilicet ostendit, in stantibus graues humores citra difficultatem proruere, eosq. modo hernias, modo uarices, mo-
C do ulcera generare, fouere, & augere: nam quod uarices generentur, etiam Iuuenalis poeta cognouit, qui cum quandam mulierem Ianum rogantem de amici uictoria futura derideret, uolens significare ob importunas mulierum petitiones haruspicem, si cunctis Saty. 6.
inseruisset, stando, (sic quisq. haruspex pro alijs rogabat Deum) non parum laborare debuisse, ait: Varicosus fiet haruspex. Marium quoque scimus omnes, laboriosum uirum exstitisse, ob quod si quis dicat, ei uarices, quibus affligebatur, in ambobus cruribus ortas ob nimios in stando labores, eum minus erraturum existimarem. Verum Plut. ĩ eius uita.
enim uero & in hac exercitatione non paucae diuersitates reperiuntur: propterea quod tempus, locus, atque situs uarias quasi species efficere uidentur. A tempore nascuntur duae species, quando aut ante cibum, aut a cibo, quis stando, & uel pauco tempore uel multo exercetur. A loco sumuntur differentiae: quoniam uel in sole, uel in umbra, & hac aut clausa, aut aperta statur. A situ demum

cua-

euariantur standi genera, quando uel uno pede, uel ambobus, & D
uel iis totis, & planis, uel extremitatibus eorum, calcibus scilicet, & summis digitis stamus. Ante cibum stare uentriculi excrementis inaniendis auxiliatur, asthmaticos, & difficiliter spirantes adiuuat, uentrem emollit, urinam prouocat, crura, & pedes corroborat, & siquando deambulationi uacare non concedatur, illius uices supplere potest. Vertiginosis tamen, & quibus ad superiora rapiuntur uapores, nullo pacto conducit, cum ex tali erecta statione facilius caput a fumis petatur: nam tantam ad hoc efficiendum potentiam similis exercitatio habet, ut nonnulli boues, & cetera animantia (quod scripsit Aristoteles) minus homine tussire, minusq. catharris uexari crediderint: quoniam ipsis minime erectis stantibus haud ita uapores natura sursum tendentes in eorum capita ferri possunt. Qua item ratione eos omnes damnare uehementer soleo, qui, si al- E
to capite dormiant, minus a catharris uexari debere putant, cum potius contrarium eueniat, ut scilicet qui humiliori, & fere ceteris membris aequali capitis situ dormiunt, uel aliter iacent, minus a uaporibus capite tententur, minusq. a capite ad pectus humores defluant. Quamuis secus iudicandum sit, ubi quis uentriculi in conficiendo cibum debilitate uexatur. Quo in casu Posidonius apud Aetium magnopere studendum esse iussit, ut in decumbendo caput altiori situ contineatur, quo cibus magis in uentriculi fundo accommodetur, & ob id nutrimentum minori molestia coquatur. Atque hoc intelligi debet de iis, qui multum stāt: stare etenim pauco tempore exiguum quid prodesse, neque multum obesse potest. Qui porro communi illo effato, Prandia post stabis, inducti, post sumptos cibos stare delectantur, ij scire debēt, si mediocri quodam F
tempore stetur, descensui ciborum in uentriculi fundum insigniter cooperari, & consequenter illorum concoctionem perbelle adiuuare, nec alioqui ullam effatu dignam laesionem afferre: uerum si multo tempore ita quis permanserit, praeter molestiam, qua ob ciborum interdum pondus, praeter lassitudinem, qua ex labore afficitur, uarias item offensiones subire cogitur. Primo namq. maior uaporum copia superiorem corporis regionem impetit, maior humorum multitudo ad inferiora praecipitat, atque inde ulcera in cruribus, gonagras, & podagras generat, deinde thoracem, atque spirationem uniuersam non parum labefactat, uti ex difficultate spirandi tunc apparente facile quisque cognoscere ualet: postremo renes, atque uesicam, & totam mingendi actionem uitiat, quando uidelicet crudi humores ex simili situ ad eas partes deferuntur, renesq. &

Petrus Apponensis 5. partic. prob. 1.

lumbi

A lumbi uehementer incalescunt, debilitanturq. ut nō temere uideatur praecepisse Rufus Ephesius, ne quis ulceribus renum laborans, etiam si morbus inclinare coepisset, staret. Statio in umbra semper aliquibus ex praedictis differentijs adnectitur, ut sit multa, uel pauca, uel a cibo, uel ante cibum, & proinde qualicumque adnexa reperietur, illius effectus continuo exprimet, modo umbrae ratione aliquid secus non accedat. hoc autem dico, quia saepenumero umbra uel est locorum conclusorum frigidorum, atque humidorum: uel noxiarum arborum, uel alterius perniciosae rei, quas omnes corpus maculare, & sanitatem destruere nemo negabit. Ceterum de statibus sub sole in hunc modum determinandum esse, iudico, quod scilicet stare sub sole in aestate summopere calefacit. immo sententia est Aristotelis, cum stamus in sole magis deuri, quam dum mo-
B uemur, etsi per se motus ipse quoque calefacere ualeat, quod alias fusius explicauimus. Si igitur ita est, rationi cōsentaneum efficitur, iuuamentum insigne ualde frigefactis corporibus inde accedere, ueluti hydropicis, cacecticis, pro quibus id a Coelio, & omnibus fere medicis laudatur. In ictericis item curandis tali insolatione usum Archigenem reperio. ne interim silentio praetermittantur ea, quae apud Aetium ex Antylli sententia leguntur, insolatione scilicet uarijs modis antiquos usos fuisse, alias cum unctione, alias sine unctione, modo sedendo, modo iacendo, modo stando, interdum ambulando, interdum currendo: de quibus omnibus in hunc modum decretum est, quod si insolatio administretur non purgato prius corpore, maximum capiti nocumentum affert: unde saepenumero mirari mihi contingit, quo genio ductus Plinius
C maior non modo purgato corpore, uerum etiam post cibum in aestate sub sole maneret, ac deinde in frigida lauaretur: de hac etenim locutos fuisse medicinae auctores arbitror, quando dixerunt, ab illa corpora plusquam par sit incalescere, febres, atque capitis dolores gigni: sin autem antea quam corpora soli exponantur, opportune exinaniantur, aut sine unctione, aut cum unctione fieri potest: si fiat citra unctionem, capiti diuturna frigiditate laboranti succurrit, quod illud durius atque impassibilius reddat, & ob id merito in Epilepsia curanda a Methodicis nonnullis commendatur, modo sit insolatio moderata: sicut item in ea insaniae specie iuuare creditur, quae a frigida intemperie ortum ducit: praeterea occultas difflationes auget, sudores elicit, carnem conseruat, pinguedinem tollit, oedemata omnia, & praesertim hydropica deprimit: neque tamen ipsa noxis suis caret, quando quidem mora

quaeuis

lib. de affe. ren.

5. sectio. prob. 34.

lib. 3 c. 3.
Lib. 3. c. 6.
9. de cōpo. med. s.l. c. 1

Plin. nepos lib. epist. 3.

Gal. d̄ causis morb.

Coel. lib. 1. ca. 4. & 5.

quaeuis sub sole bilem auget, & consequenter iis, quibus calor D natura mordax est, ualde aduersatur, ut a Galeno scriptum est, spiritumque crassiorem, densioremue efficiens, asthma, & orthopneam exacerbat. Ceterum si absque unctione insolatio adhibeatur, in ceteris eosdem effectus parit, nisi quod corpus exsiccat magis, tamquam pingui illo adusto, & subinde maiori nigredine superficiem totam inficit, necnon carnem instar cauterij cuiusdam densans minus per insensibilem transpirationem excrementa diuaporari facit. qua ratione huiuscemodi insolationem ad minuendam polysarchiam ab Aetio laudatam censeo. Verumtamen duo hic animaduersione digna esse existimo, alterum, quod medicos, ubi sub sole moram probarunt, praetegi pannis capita uoluisse opinor, quoniam, praeter Coelij auctoritatem, & ratio, & experientia demonstrant, capita detecta, si soli exponantur, ualde offendi, E nempe quae supra modum calefacta uapores a toto corporis ambitu ad sese attrahunt, sicque omnem malorum iliadem, & prae ceteris catharros ibi generant: quod minime, ubi capita teguntur, euenire suspicandum est, propterea quod, ut scripsit Aristoteles, induta corpora a sole minus calefiunt, quam nuda, cum ab illius radiis minus feriantur. atque hoc totum a Galeno significatum credo, ubi dixit, eos, qui nudi sub sole manent, uniuersum corpus calefacere; qui uero induti, caput solum: nam demonstratum est a nobis libro tertio, Maiores nostros numquam fere caput tegere solitos: ne miremur Galenum, dum indutos scripsit sub sole, capite tantum ualde incalescere dixit. Alterum animaduersione dignum est, quod, sicuti sedentes, & stantes sub sole uehementius incalescere, siue potius deuri experientia constat, quam ambulantes, F & currentes: pariter & ceteras praedictas affectiones, tam bonas quam malas facilius recipiunt. Atque haec uniuersa a nobis dicta de stantibus planis, ac totis pedibus intelligantur. stare namque calcibus innixos non modo laborem, ac molestiam inducit, uerumetiam nullum iuuamentum effatu dignum praestare creditur: quēadmodum similiter eos, qui summis digitis stare conantur, praeter fatigationem illico succedentem partes illas callis molestissimis afficere compertum est, & praesertim quando quis eo frequēter utatur hi siquidem illud unum commodum nonnumquam recipere uidentur, ut longius multis aliis prospectare ualeant, cuius gratia ab antiquis speculator, siue σκώψ pingebatur facie hominis stantis supra digitos, summamque manum ad umbellae formam supercilici s admouentis, ut Aeschylus in Theoris meminit.

6. epid cō. 1. aph. 16. 2. de tu. ua. cap. 12.

Lib. 1. ser. 3. cap. 32.

2. partic. prob. 9. lib. de caus sis morb.

De

A *De pugnarum effectibus. Cap. II.*

PVgnarum, quae maioribus nostris ad ualetudinem inser uierunt, quaeq. etiam temporibus nostris inseruiendi similiter facultatem obtinēt, aliae fiunt cum armis fictis, neque incidentibus, uel pungentibus aduersus hominem, aliae aduersus columnam aut palum, aliae aduersus umbram. atque omnes uel fieri possunt a pugnantibus corpore, nequaquam armatis, aliae ab armatis. Armorum pugnam aduersus hominem uel columnam inter magnas exercitationes reposuit Galenus, quē imitatus Auerroes inter Arabas non infimus dixit, certamen cum ensibus factum esse ex uelocibus, atque fortibus exercitijs. quae omnia de illis, qui non armati certant accipienda puto, quando arma- 6.epid.cō. 1.aphor.6. 6.coll.c.2.
B tum certare inter exercitationes simul, atque opera manifeste reposuit Galenus, qui similiter certare aduersus umbram (σκιαμαχεῖν dicunt Graeci, celerem citra robur exercitationem esse iudicauit, ut Auicenna quoque, & Paullus post ipsum censere uisi sunt. Cum itaque res ita sese habeat, pugna non armatorum tam aduersus homines, quam aduersus columnam administrata in primis magnopere calefacit, excrementa educit, sudores ciet, exuberantem carnem supprimit: & proinde a Coelio in curanda polysarchia adhibetur, deinceps brachia, atque humeros confirmat, crura & pedes mirum in modum exercet, ceterum capita debilia, & uertigini obnoxia nō parum labefactat. renibus item laborantes huiuscemodi exercitationem fugere praecepit Galenus. σκϊαμαχία porro, siue aduersus umbram certatio corpora tenuat, carnes, & succos detrahit, quod 2.d̄ tu.ual. c.8. 10. & lib.1.fen 3. doc.2.c.2. Lib.1.chr. cap.ult. 6.epid. com.1. aph.5.
C celeribus exercitationibus conuenire supra mōstrauimus, proprie autem secundum Galenum brachiorum, atque manuum exercitatio exsistit: praeterea ualet, si Antyllo credimus, ad sedandam affectionem lassitudinis sensum referentem, ad humores firmandos, ad neruorum imbecillitatem, & tremorem corrigendum. est etiam utilis uitijs, quae thoracem infestare solent, confert renibus, & colo intestino, materiam ad inferiores partes deducit, & praesertim in iis qui pedibus imitantur pugiles, quique non solum manibus cum umbra depugnant, uerum etiam cruribus interdum tamquam salientes, interdum uero tamquam calcibus caedētes. Ad eadem omnia similiter ualet pugna aduersus palum effecta, quae tantummodo in hoc ab umbratili differt, quod palum percutere brachijs maiorem uim infert, quam aerem ferire. Non est tamen ignorandum, pugnam aduersus hominem pugnantem initam, magis exercere, 2.d̄ tu. ua. cap.10. 6.collec. cap.29.

& uim maiorem corporibus inferre, quam ista: quoniam, ut ab Ale- D
1 Libro. Prob. 120. xandro perbelle significatum est, athleta, si obnitatur antagonistae, fortitudinem eius auget; sin cedat, neque reluctetur, robur eiusdē resoluit. At qui ea pugna, quae corporibus pugnantium armatis exercetur, inter uehementes exercitationes collocanda est, quae cū robusta, & ualida corpora efficere debeant, iure merito Nicias apud Platonem in eo dialogo, qui Laches inscribitur, dixit, quod τὸ ἐν ὅπλοις μάχεσθαι, siue armatum pugnare corpora robustiora, si quod aliud exercitationis genus, reddit, neq. ullo alio minorem
loco citato laborem parit. De hac quoque exercitatione ab Antyllo proditum reperitur, corpus ab ipso ad motum aptius, & ad carnem suscipiendam reddi, uerumtamen propriam, atque maximam eius pollicitationem exsistere, ut corporis firmitatem, & longam respirationem gignat, cum illi, qui sese pugnis similibus dedunt, omnem al am E spiritus expulsionem ferre possint: facit autem huiuscemodi pugna carnem laxam, & mollem, necnon capiti admodum noxia est, praesertim quando galea plus aequo obtegitur, cuius pondere pressum non parum laborat. illud hic non ignorari uolo: ὁπλομαχίαν, siue armatae pugnae exercitationem, ne quis decipiatur eandem esse existimans cum armata luctatione, ὁπλοιτοπάλη ab Æschylo uocata, quandoquidem haec tamquam luctae species armis in manibus nullo modo utebatur, sed dumtaxat certantes totis corporibus armabantur, sicque armati inuicem luctabantur, cuius luctationis arbitror uolutationem illam armatam, siue celerem agitationem,
2. dt tu. ua. cap. 10. quam Galenus in numero uehementium exercitationum reposuit, speciem quandam exstitisse. An uero de hac armata pugnae specie intellexerit Coelius Aurelianus, quando in curanda polysarchia F postquam plurima alia exercitationum genera comprobata dixit.
» Tum hoplomachia, hoc est armorum ficta confrixio: apud me dubium nullum, ut ex superioribus patet, relinquitur: quoniam, & si nomen Graecum hanc ipsam significare uideatur, nihilominus, & nominis ab ipso illata explicatio, & usus demonstratus manifestum argumentum faciunt de pugna illa sermonem facere, quae nudato ab armis corpore exercetur, quaeq. ad diminuendam carnem a nobis laudata fuit, cum hāc postremam carnem, sed mollem & laxam potius augere Antyllus iudicauerit. De gladiatoria pugna non uidetur hic locus exposcere, ut sermo ullus habeatur, propterea ꝙ cum armis incidentibus, ac pungentibus antiquitus ageretur, uel in letalia uulnera, uel in alterius pugnatoris, aut etiam utriusque necem, plerumque terminabatur. Vnde neminem non uidere arbitror,

A bitror, quantum absit, ut similis concertatio ullam profligandis morbis, tuendaeue sanitati opem afferre ualeat: ea enim est, quae hodie apud multas Christianorum nationes sub Duelli nomine nō sine magna ciuitatum aliquando clade exercetur, quãque & antiquis & nostris temporibus ab uno hominum inimicissimo Sathana repertam ad perdendas animas fuisse semper credidi. quod namq. non monomachiam antiquorum, ut falso probare conati sunt, qui hucusque duellum tractarunt, sed potius gladiatoriam duellum huiusce temporis referat, praeter multa in quarto libro a nobis declarata, hoc item attestari uidetur, scilicet iisdem armis, atque eodem prope fine duellatores concertare, quibus olim gladiatores pugnabant: illud unum intercedit discrimen, quod illi tum gloriae cuiusdam inanis gratia, tum praemiorum spe, sed fere semper ui B quadam, utpote uel ad supplicium condemnati, uel in id empti, atque edocti ad certamen ducebantur: isti uero sponte, & nullis cogentibus, nisi solius honoris uana quadam & falsa defensione prolectante aguntur: ut hac ratione minus excusatione digni habeantur, cum sponte in propriam ruant perniciem. Vtinam resipiscant tandem homines, uideantque id quod Barbari fere nulli agunt, tanto minus Christianos decere: sic profecto & multae urbes, quae ob hoc intestinis, & saeuissimis dissensionibus exagitantur, ad meliorem statum reuocarentur, & multorum animabus corporibusq. melius consuleretur. At ne longius a proposito nostra diuagetur oratio, haec sufficient, si illud addidero, quod Celsus, Scribonius, Plinius, Aretaeus, atque alij plurimi referunt, ab Antiquis scilicet creditum fuisse, gladiatoris iugulati sanguinem epotum iu- C uare epilepticos. quam rem potius ad prodendam ipsorum ferinam superstitionem, quam ut ullam fidem adhibendam censeam, significare uolui.

lib. 3. c. 23.
lib de cõp. cap. 18.
lib. 28. c. 1.

De quarundam aliarum exercitationum qualitatibus.
Cap. III.



VLTA apud antiquos exstiterunt exercitationum genera, quae quoniam non ita frequenter usurpabantur, ab auctoribus celebrata non inueniuntur: inter haec autem primo sese offert τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, uel manibus summis concertare, quod, siue luctae species aliqua foret, ut nonnulli crediderunt, siue separata quaedam exercitatio, ut Galenus censuisse uidetur, ubi post luctam alias quasdam exercitationes ad-

2. de tu. ua. cap. 8.

numerans acrochirismum nominat, facitque manifeste a lucta di- D
2.de tu. val. cap. 10. uersum, constat ipsam apud Galenum, Aetium, Paulum, & Aui-
Lib. 3. c. 3. cennam inter ueloces sine robore exercitationes locum obtinuisse,
lib. 1. c. 17. & proinde calefaciendi, corpora tenuandi, carnes, succosque detra-
Li. 1. fen. 3. doc. 2. c. 2. hendi facultatem possidere, ut apposite insinuare uisus est Hippo-
2. de diaeta. crates, apud quem legitur acrochirismum attenuare, & carnes sur-
lib. citato cap. 11. sum trahere, proprie uero manus, atque brachia secundum Gale-
Lib 4 c. 4. num in ipsa exercitantur. ex quo fit, ut illis conueniat, quibus has
loco citato partes corroborare in animo est, sicut iis ualde nocet, quorum chi-
ragra, uel alius morbus, & manus, & brachia infestare solet. de hoc
locutũ esse Celsum quis credere potest, ubi in iis qui ab arida tussi
exagitãtur, exercitationes manibus peractas probat. Porro ἐκπλε-
θρίζειν, idest ecplethristare, a Galeno inter exercitationes citra ro-
Loco citato. bur, & uiolentiam celeres recensetur. Auicenna autem illud ex for- E
tioribus esse dicit, nisi uelimus ipsum in comparatione ad debilia
loqui, quemadmodum ex uerbis eius uidetur: alioqui & ueritati
ipsi, & Galeno, a quo ista omnia accepit, manifeste repugnantia
scripsisset. Est igitur talis exercitatio in primis ad ea omnia utilis,
quibus celeres conferunt: sed peculiariter crura, & pedes exercet:
thoracem quoque non parum fatigat, cui, dum aliquo pacto male
uexatur, ualde obesse reor, haud secus atque capitibus male affectis
uehementer nocere credo, utpote quae ex iugibus illis reuersio-
nibus, quasique circuitionibus facillime tum uertiginosas, tum apo
pleticas affectiones incurrere queant. Ex eodem quoque exerci-
tationum censu est, & πιτυλίζειν siue pytilissare, aut pytilisma,
in Miscel. cap. 38. ut placuit Politiano. quod quamquam a Galeno, atque Auicenna
inter ueloces citra uiolentiam adnumeretur, mea tamen sententia F
haud prorsus uehementia aliqua caret, cum status ille supra pedum
extremitates, necnon uelox manuum modo antrorsum, modo re-
trorsum agitatio haud quaquam sine musculorum intentione, &
proinde sine ui, aut robore quodam peragi possit. Vnde in huiusce
modi exercitatione obeunda uehementer incalescere corpora af-
firmare non dubito. Ad haec motus iste brachia insigniter exercet,
sed eos, qui capite sunt imbecilli, magnopere labefactat: pedes etiã
podagris suscipiendis obnoxios reddit. ego uero peculiarem illius
usum exstitisse autumo, quando post longam brachiorum ualetudi
nem torporemue, ea motibus undequaq. faciendis assuefacere, nec
2. de tu. ual. cap. 9. non a torpore liberare in animo habebãt. Sunt praeterea a Galeno
loco citato nonnulla alia exercitationum genera adnumerata, & ab Auicenna
comprobata, quae, ꝗ aliqua ex parte ualetudini & corporis habitui
conferant,

A conferant, omnino praetermittere nolui: nam si quis alteri iubeat, ut se uiolenter detrahat, inflectatque, dum ipse non manibus modo, uerum etiam cruribus, spinaque constans, inflexusque resistat, quo genere Milonem ipsum sese exercitasse ferunt, dum conuellere se, mouereque de loco uolenti permitteret, utique uehementer exercebitur, incalescet non parum, roburque membris non leue ingenerabit. de simili enim exercitatione locutum opinor Coelium Aurelianum, quando pro polysarchia minuenda uoluit ita affectos alienis laboribus hoc est colluctantium, uel exercentium, quam Graeci haterocopiam, uel trachelismum uocant, exerceri, uerumtamen illis maxime uerenda est talis exercitatio, qui uel pectore, uel dorso, uel capite non admodum ualent. Lib. 5. cap. vlt.

B Pari etiam pacto si quis (ut Milo factitabat) conuellere se, mouereque de loco uolenti permittat, crura maxime corroborare poterit, quemadmodum manus maximopere exercebit, eisq. fortitudinem acquiret, si pugnum alicui aperiendum, uel malum punicum, aut tale quippiã manibus complexus auferendum praebeat: quod tamen arthritidi, aut chiragrae obnoxiis minime congruet. Robur autem partium tum exercet, tum firmat, si quis alterum complexus medium, aut etiam ipse medio comprehensus, manibus, digitisque pectinatim iunctis, aut quem complectitur absoluere se iubeat, aut ipse se a cõplectente soluat: nisi quod in hoc periculum imminet, ne uiscera labefactentur ex nixibus illis, qui adhibentur, dum dissolutio quaeritur. Ita etiam si quis alterum, qui uersus ipsum se inclinet a latere

C aggressus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod sublatum inuicem protendat, reducatq. ac magis si dum gestat, ipse nixu, renixuque corporis utatur: sic namque spinam uniuersam corroborabit, lumbos tamen, atque renes debiles habentibns nocebit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerso innixi magno se conatu inuicem retrudunt, & qui a ceruicibus pendentes deorsum trahunt, uehementer quidem exercentur, & per consequens robur corpori uniuerso comparant: at periculum subeunt, ne thoracis uasa aliqua rumpantur ipsis, neue aut caput, aut collum male afficiant. Haec itaque omnia tametsi apud ueteres inter ceteras exercitationes haberentur, nihilominus haud ita in frequenti usu fuerunt, & praesertim nobilibus, ac illis qui nõ sine suauitate quadam sanitati operam dabant. hac item tempestate non desunt, qui ipsis utãtur, quos, modo ratio adhibeatur, penitus auertere nolo.

 D

De spiritus cohibitionis facultatibus. *Cap. IV.*

Cap. 6.



Etentionem spiritus speciem quandam exercitationis esse, cum abunde in libro tertio demonstrauerimus, id amplius repetere non est opus: illud dumtaxat adiungam, non facile reperiri, in qua nam differentia locata fuerit, nisi quod animaduertentes nos in huiuscemodi exercitatione musculos abdominis, atque thoracis ualenter intendi, & subinde in partibus interioribus calorem augeri, ut Aristoteles, & Galenus memoriae prodiderunt, eam non fieri sine uehementia iudicare possumus: & propter hoc iure ab Hippocrate dictum fuit, spiritus detentionem meatus disparare, cutem attenuare, necnon humiditatem sub cutem extrudere posse. A Galeno similiter, & ab Auicenna scriptum est, retentionem spiritus membra spiritualia calefacere, corroborare, & emundare, necnon angustas cauitates ampliores reddere. Quod etenim spiritus cohibitus expurgare thoracem ualeat, clare constat: quippe qui in ipsa retentione undique compulsus in angustos se recipere meatus cogitur, eosque, si amplius trusus, propulsusque fuerit, etiam penitus transire, atque extenuati iam agitatione excrementi nonnihil secum arripere, eo prope modo, quo intuemur opifices angusta instrumentorum foramina uehementiore spiritus inflatu expurgare: quandoquidem is quanto ulterius per uim coactus impellitur, tãtum ab ipso quaedam impelluntur, quaedã trahuntur, nam trudũtur quae ante occurrũt, attrahũtur quae ad latus sunt posita, impetu ipso motus utraq. coacta. Quod uero ex retento spiritu cauitates euadant latiores, hinc probatur, quoniam si thorax in medio corpore locatur, sane illo magna aliqua inspiratione aere impleto, & deinceps supremo laryngis osculo ligulae opera clauso, necnon musculis toto thorace presso, necessum est aerem compressum undiq. meatibus corporis uniuersis inseri, sicque intrusum eos undequaq. dilatare, modo inferiores dum illuc impellitur, modo superiores. sic ergo per spiritus retentionem cauitates corporis amplificantur, pectoris partes emundantur, ipsaeque, atque etiam aliae interiores calorem concipiunt, cuius merito frigidae affectiones, & praesertim inflationes remouentur. ut non temere Plato sub persona Erysimachi medici, necnon Aristoteles memoriae prodiderint, spiritum cohibitum a singultu liberare. quorum placita secutus Galenus ab eodem non solum singultum, uerum etiam tussim a frigida instrumentorum

Marginal notes: 2. partic. Prob. — 2. d diaeta. — 3. d tu. val. cap. 2. — in lib. artis med. c. 87. — Li 1. fen 3. doc. 2 c. 2. — E — F — in symp. — 2. partic. Prob. — li. de med. fac. par. & libro 2. de symp. cau.

A torum respirationis intemperie contractam exstingui testatum reliquit: quod aucta in pectore caliditate ex tali cohibitione angustos quoslibet meatus spiritus compressus penetret, cunctaque sic adaequentur, & ad temperiem pristinam redeant. Hinc fit ut ferme in hanc sententiam uenire debeamus, talem exercitationem omnibus illis conuenire, qui spiritualia membra frigefacta, debilia, aut excrementis aliter obsessa gerunt, quiq. expulsiones quascumq. corporis aut tardas, aut uitiatas habent. quemadmodum oscitationes & pandiculationes calido flatus disipante huiusmodi spiritus retentionem soluere clarum est. ut merito dixerit Hippocrates 2. & 6. Epid. longam respirationem crebrarum oscitationum esse remedium. In resolutione linguae exerceri spiritu retento probauit Celsus, sicut & Aetius in omni uocalis instrumēti resolutione: uim B namque expultricem excitari, atque confirmari in spiritus cohibitione, argumento sunt multi, & praecipue pueri, qui siue plorando, siue ridendo, siue alio pacto spirationem contineant, aut in ipso actionis tempore, aut paullo post, modo stercora, modo urinas, modo muccos, & a naribus & ab auribus expellunt: similiter obstetrices istud testantur, quae ad partus expulsionem faciliorem, & celeriorem reddendam parturientes spiritum continere praecipiunt, in quo tamen ipsas saepe errare scribit Aetius, quando ex nimia huiuscemodi spiritus cohibitione aneurismata, siue arteriarum incurabiles dilatationes incurrunt in faucibus, necnon pupillarum in oculis, ut Auenroar testatus est. Dicebat Aristoteles spiritu retento melius audire nos, quoniam respiratio strepitum quendam mouet, quo cum careant retinentes illam, melius uoces percipiunt: C quamuis Casius Medicus aliter sentire uideatur. Exstat item Plinij auctoritas, quod euersos scandentesq. ac iacentes, si quid ingruat, contraque ictus, spiritum cohibere singularis praesidij est. Si igitur a spiritus retentione tot commoda oriri constat, prudenter sane Coelius Aurelianus ipsam asthmaticis, stomachicis, atque colicis curandis egregiam opem praestare scriptum reliquit. Neque tamē huic tantum tribuere debemus, quin etiam ipsam aliqua ex parte obesse credamus, quandoquidem Asclepiades caput opplere testatus est, cuius sententia a Galeno certe explosa fuit. Ego uero illam prorsus non esse repellendam puto, quoniam manifesto conspicimus, dum spiritus retinetur, uenas, atque arterias colli intumescere, oculos amplificari, genas ac uniuersum uultum contrahere maiorem ruborem, tandemque caput totum compati: quae omnia illius repletionis clara indicia esse, nemo dubitat. Ex quo fit, ut

te trab. 4. ser. 3. c. 10. 11. partic. prob. 48. Prob 20.

Lib. 27. c. 6. Li. chro. 3. cap. 1 & 2. lib. 4 c. 7.

Dioclem tota uia aberasse pro certo teneam, dum spiritum retentum in epilepsia curanda praesidium afferre dixit: sicut Coelium laudo, qui in eiusdem affectus curatione spiritus retentionem uitari debere uoluit, cum certum periculum immineat, ne tunc sanguine ad caput recurrente morbus magis exacerbetur. In sanguinis quoque reiectatione talem exercitationem a Methodicis damnatam inuenio, quibus assentiri cogor: propterea quod tum a calore in pectoris cauea genito, tum ex uasorum inflatione, distensioneque facillime debilia, & relaxata uasa franguntur, fractaque iterum reserantur. Amplius qui uel hernias, uel crepaturas patiuntur, aut peritonaeum, atque intestina exsilia, & fragilia ab ortu obtinuerunt, nullo pacto in retinendo spiritu exerceri debent, quoniam hae partes in actione ista uehementer contenduntur, & per consequens, nisi robustae sint, citra multum laborem diuelluntur, quemadmodum apertissimam fidem pueri facere possunt, qui si interdum nimis quam par sit flendo, aut aliquo modo spiritum contineant, protinus iis peritonaeum, scrotumue disrumpitur, & deinceps intestina delabentia, aut flatus interclusi, uix sanabiles hernias pariunt: quod similiter tubicinibus, & cantoribus, dum nimis spiritum retinere conantur, saepenumero solet euenire, & praesertim quando illi πόδα ἐρεῖν, (quod Galenus ait lib. de mot. musc. secundo in fine, ac 6. Epid. com.4. tex.24. & de quo nos in uarijs lect. egimus, ac plura adhuc dicemus, cum iterum librum eum recognitum, atque auctum propediem dabimus) siue edictum facere uolunt. Vna seruata ratio ab huiuscemodi periculis tuebitur, si moderate, aut potius infra mediocritatem similis retentio peragatur, ubi agenda erit: alioqui perfici nequaquam poterit, quin praedicta incommoda sequantur.

lib. 1. c. 4.

Coel. lib. 2. cap. 13.

D E F

De vocis exercitationum facultatibus, & primo de uociferatione & cantu. Cap. V.



Vocis multas, sed unam praecipuam exercitationem effecerunt antiqui medici, quam graeci τὴν ἀναφώνησιν, Latini uociferationem appellarũt, nos uero pleniorem totius huius rei notitiam tradere cupientes uocis exercitationes in sex species partiemur, quemadmodum magna ex parte in superioribus egimus, uociferationem scilicet, cantum, lectionẽ, sermonem, risum, atq. fletum. quorũ omniũ natura perspecta nihil

A remanebit quod huiusce exercitationis cognitioni addi ualeat. Ergo prima uociferationibus, quaecumque sint illae, adscripta ab Antyllo, Plutarcho, Paullo, Aetio, & Auicenna condicio est, quod thoracem, atque uocalia instrumenta perbelle exercet. dicebat Auerroes pulmonem proprie a uocis exercitio respici. subinde naturalẽ calorem auget, purgat, firmat, atque attenuat, solidas corporis partes, robustas, puras, & offensae minime obnoxias reddit. addebat Auicenna hanc exercitationem colorem decorare; quod enim calor augumentum suscipiat, inde oritur; quia spiritus assiduo motu, tam attractus, quam exsufflatus colliditur, atteriturque, sicq. ex ea collisione, & attritione calor excitatur; purgat uero huiuscemodi exercitatio: tum quia carnes rariores, magisq tractabiles efficit: tum quia ex motu uocalium instrumentorum humiditates inter-

Oribasius lib. 6. c. 8. lib. de tuẽ. san. lib. 1. c. 29. lib. 3. c. 5. lib. 1. f. 3. d. 2. cap. 2. 6 colle. cap. 2.

B nae consumuntur, quod euidẽtissime declarat densus uapor ex ore uociferantiũ prodiens, & superfluitates uetustiorũ humorũ unicuique meatui adhaerentium, quae excernuntur non solum in praedictis uociferationibus, sed etiam alijs pluribus modis. Iam uero firmatur calor, & attenuatur; quoniam uasa absterguntur, multi humores, ut sputa, muci, & pituitae consumuntur, quae sicut antea calorem obscurabant, debilitabant, & incrassabant, ita educta eundem puriorem, ualidioremq. relinquunt, & hinc postea solidis partibus maius robur, maiorq. impassibilitas succrescit. Si itaq. haec ita se habent, rationi consentaneum est, ijs, qui humiditate occupatas interiores partes, quiq. uniuersum corporis habitum frigefactum habent, uociferationem generosum praesidium existere. quẽadmodum istis praedictis rationibus eam ab Antyllo, Coelio Au-

C reliano, & Aetio commendatam scimus stomachicis, uomentibus, acidum ructantibus, aegre concoquentibus, cibos fastidientibus, atrophia laborantibus, languidis, cachecticis, hydropicis, asthmaticis, orthopnoicis, phtisicis, diuturno pectoris aut septi dolore uexatis, apostemata in thorace rupta habentibus, mulieribus praegnantibus pica obsessis, aut secundum Alexandrum etiam parturientibus ad partum facilius educendum, & denique quartanarijs, pituitosis, conualescentibus fere omnibus. Sic Galenus viij. de med. local. cap. iiij. stomacho laborantibus, unctiones exercitia & uociferationes per expertum artificem adhibitas commendat. est Aretaei medici antiqui, & praestantissimi sententia, quod in elephanticis, ἀναφώνησις τοῦ πνεύματος γυμνάσιον τὸ κάιριόν ἐστι, necnon etiam in caeliacis. Voci quoque ob superfluam humiditatem raucae factae, necnon instrumentis uoci deseruientibus resolutis, atque etiã

Alexan. 1. prob. 87.

malo

malo corporis habitui, qui a Graecis καχεξία dicitur, eandem con- D
ducere credidit Aetius: quin, si uox uel ex morbo, uel suapte natu-
ra male affecta sit, tali exercitatione secundum Antylli sententiam
emendatur. Quoniam uero uox laborat, partim propter nimiam,
& longam loquellam, partim propter clamoris magnitudinem, par
tim propter silentium quasi suarum actionum oblita, ideo fit ut in
hisce omnibus, quae dicta sunt, uociferationis usus sit utilis, cum
longam loquellam dissoluat, & noxae, quae ex clamoris magnitudi
ne contracta est, placida, & quieta imminutione medeatur, acumi
ni uero occurrat, grauiores sonos inspergendo. ceterum qui ex si-
lentio oritur, quamuis non propriae uocis sit labor, tamen cum uo
cis labore proportionem quandam gerit. quo circa ad eum quoq.
uociferatio est utilis, quae uocem exerceat, quemadmodum si uo-
calia instrumenta defessa sint, totumq. corpus suum tenorem non E
seruet, aut lassitudine obsideatur: uocis namq. exercitationem a
2. đ diaeta. cena factam dicebat Hippocrates, post carnis a laboribus colliqua-
tionem commodam esse, quoniam humiditatis euacuationem fa-
Cap. 7. ciens rarefacit carnem. Sed cuncta hactenus a me enarrata, de uoci-
feratione mediocri, ac arte, quam libro tertio explicauimus, facta
intelligantur, quae capitis affectionibus non est idonea, utpote ne
scio quid facultatis possidens ad replendum caput, necnon instru-
Lib. 1. chr. cap. 4. menta sensuum in capite contentorum. Hinc est, quod Coelius Au
relianus eam pro epilepticis in declinatione probans prudenter ad
2. de cur. chro. c. 6. didit (si ferre ualeat aeger) Nam ea uociferatio, quae uehementius
In li. de p̄ceptionib. peragitur & interdum ἀναύδησις, ab Aretaeo φωνασκίη uocatur,
uno prope uerbo dicta est ab Hippocrate affligere, siue λυπέειν, F
li. đ instr. odor. haec praeter quam quod caput plenum, & magis graue reddit, ut
7. de cõp. me. s. l. c. 1. testantur Aretaeus & Galenus, mirum etiam in modum ex eius
4 de locis affe. sententia uocem oblaedit, necnon uenas rumpi facit. ut hac ratio-
ne Coelius exclamationem tamquam partes patientes uehemen-
lib. 5. epis. ter concutientem pro corporibus epilepticis improbarit, Pliniusq.
nepos iure conquestus sit, quod Zosimus eius libertus, dum uoci
reparandae studeret, rursum uena reclusa sanguinem reddiderit.
eandem tamen Aretaeus stomachicis curandis, & Aetius singultui
comprimendo usurparunt. Illud itaque hoc in loco non est igno-
randum, quod omnes fere auctores animaduerterunt, uociferatio-
nibus neque temere, neque inconsulto utendum fore, ac praeser-
tim ijs, qui huic exercitationi non assueti incipiunt. neque enim ijs
uti quisquam debet prauorum, corruptorumque humorum copia
praesente: quin etiam uox non est exercenda, si magnis, & euiden

tibus

A tibus cruditatibus ſtomachus uexetur, ne ex actione inſpirationis, & exſpirationis, quae firmior, & citatior facta ſit, dum uox in magnitudinē, & multitudinem accreuit, uapores corrupti largius per corpus diſtribuantur. Praeterea monebat Aretaeus, uocem leniter exerceri, & grauibus uocibus utentem ſonum edere, quod acutae uoces capitis diſtentiones, temporum palpitationes, cerebri pulſationes oculorum inflationes, auriumq. tinnitus efficiunt; mediocriter autem uox edita capiti prodeſt: cauendum eſt quoque ab eius uſu poſt cibum, quoniam uox ualde corrumpitur. unde dicebat Ariſtoteles, hiſtriones, choros, & huiuſce generis ieiuno ore uocis exercitationem adire: alioqui ſpiritus tum cibo ingeſto, tum clamore feruidus effectus inter exeundum aſperam arteriam exulcerat, ſicq. uox corrumpitur. Denique fugiendum eſt, ex Plu-

1. cur. chr. cap. 2.

partic. proble. 11. prob. 22.

B tarchi conſilio, ne quis conſcius ſibi uel repletionis, uel immoderatae libidinis, uel defatigationis acrius intendendo, exaſperet uocem; neue nimis commotas uociferationes, & iurgioſos clamores exerceat; ſiquidem inaequales illae ſpiritus intentiones, & impetus rupturas, & conuulſiones inducere ſolent. Poſt uociferationem ſuccedit cantus, ab illa in hoc differens, quod harmonia quadam conſiſtit, neque adeo contenta uoce peragitur: ob quod etiam praeter cetera uoluptatem afferre poteſt, qua uociferatio deſtituitur. Nam ſcriptum eſt ab Alexandro, onera portantes, ſi cantent, minus moleſtiam ſentire, quoniam animus modulis, ac numerorum ſuauitate demulctus ab onere auertitur, atque ita minus angitur. quae ſimiliter ratio efficit, ut lugentibus, atque alio modo laborantibus (quod Ariſtoteles quoque confeſ-

li. d tuē. ua.

libro. 1. probl. 76.

19 partic. prob. 1.

C ſus eſt) tibias & ſonum adhiberent Antiquiores, & quod ad eos, qui uel morte ſuorum anguntur, & maerent, uel morbo ſollicitantur, homines congregari, uarioq. uti ſermone ſolitum ſit: quandoquidem animus, cum ſe ad uerba transferat, minus rem ſentit aduerſam. Quod intelligentes ueteres, uaria ſcenarum oblectamina ſibi excogitarunt, ut animum ſolatijs modo his, modo illis exceptum ab angore ſeiungerent. De cantu ſiue uociferatione cum harmonia adhibita ſcripſerunt Antyllus, Aetius, atque Paullus, ualetudini eam nullum iuuamentum praeſtare. At in morbis ipſam aliquando uſurpatam inuenio: nam Coelius Aurelianus uocis exercitium muſico monitore compoſitum inſanientibus in declinatione conducere ſcripſit. refert inſuper Aulus Gellius, ſe apud Theophraſtum, ac Democritum inueniſſe uiperarum hominumque morſibus tibiarum modulos, & cantus mederi;

Loco cita.

li. 1. chro. cap. 5.

li. 4. c. 13.

deri; & ad haec fuisse creditum a plerisque, & memoriae mandatum, ischiadicos, cum maxime doleant, tum si modulis lenibus uel ipsi, uel tibicen (quod factitare solitum Ismeniam Thebanum legimus) incinat, minui dolores, sicut & Philistionis frater in lib. 22. de adiutorijs confessus est: quod remedij genus a Pythagora excogitatum esse, nonnulli tradiderunt; quamuis Soranus, cuius sunt libri illi tres de Acutis a Coelio Aureliano latini facti, Asclepiadem mordens, qui phreniticos curare cantu profitebatur, apposite satis dixerit, eos mentis uanitate iactari, qui modulis, & cantilena passionis robur excludi posse crediderunt. Si igitur cantus ualetudini conseruandae parum confert, grauiorum autem tonorum sonus utilis est, uociferationi potius, quam cantui sanitatis studiosi operam dare debent: quoniam sic plurimus aer attractus thoracem distendit, uentremque & meatus per uniuersum corpus disseminatos aperit, dilatatue, cum in cantu mera quaedam, ac futilis oblectatio solummodo reperiatur, quae corpora robusta potius effeminare, non autem conseruare, aut augere apta est. unde mirari soleo, quare Socrates (ut refert Plutarchus) sese cantu exercere consueuerit, & non in uociferationibus, cum in ipsis, & concitatis lectionibus redundantium humorum excretiones contingant, & his quidem, qui concitatius legunt, magis, & per sudores; qui uero mitius uocem intendunt, per occultam transpirationem. Verumtamen illud Auicennae dictum semper memoria tenere oportet, quod magnam longo tempore efficere uocem est timorosum, quodque ex praedictis uocis exercitationibus saepenumero hernias, aliasue crepaturas oriri contingit, sicuti nostrates sacerdotes, aut cantores certam fidem facere possunt. antiquitus enim qui uocis exercitijs operam dabant, balneis, ut libro primo scripsimus, frequenter utebantur: quorum beneficio peritonaeum, Scrotum, ac testium utriculi humectabantur, sicque emollita magis tuto extendebantur, neque faciliter discindebantur: nostris autem temporibus minime huiusce generis remedijs uti facile conceditur: ut hac ratione modum in uociferando siue cantando maiorem seruare necesse sit.

in lib. de tuen. ua.

loco citat.

Gal. li. 7. d cōp. med. sm loc. c. 1

De

A *De lectionis, sermonis, risus, & fletus qualitatibus. Cap. VI.*


LECTIONIS a medicis ad sanitatis usum probatae duas
species inuenio, alteram intentam, & concitatiorem;
alteram remisiorem. Lectio intenta, quam Cornelius
Celsus auctor elegãtissimus claram nuncupare maluit, lib. 1. c. 2.
cum sit agitatio spiritus non leuiter, nec in superficie, (ut Plutar-
chus scribit) sed uelut in ipso fonte, in ipsis uisceribus ualens, calo-
rem auget, sanguinem subtilem reddit, omnes purgat uenas; om- li. d̃ tu. ua.
nes aperit arterias, humorem superfluum non sinit crassescere, ne-
que concrescere, neque faecis in morem subsidere, in his conce-
ptaculis, quibus recipitur, & conficitur cibus. ex quo non temere
B a Celso inter ea, quae commode exercentur, primum locum rece-
pit. Quod etiam capiti nequaquam noceat, sed potius conferat, lo
cupletissimi possunt testes esse Coelius Aurelianus, & Seneca: quo loco citat.
rum ille in curando capitis dolore, atque etiam insania similem le-
ctionem adhiberi consuluit: hic uero ad refrenandas, quas patie-
batur, capitis destillationes ipsam in frequenti usu habuisse scribit. lib. 1. chro. cap. 1. & lib. 11 epist. 97.
obseruandum est in hoc casu, ne in insania, aut capitis dolore diffi-
cilia intellectu legantur; quoniam talia Coelio auctore non minus
afficiunt, quam corporis immodicae gestationes. Iuuat insuper cla
ra lectio cum pectoris intimas partes, tum stomachum, cuius etiam
uitia, ut scribit Celsus, corrigit, quandoquidẽ per ipsam pituitosa
excrementa suauiter attenuantur, absumunturq., & calor natiuus
citra ullam uiolentiam excitatur, & augetur. quod cognoscens Pli
C nius maior, dum uoce atque stomacho laboraret, in eorum reme-
dium claram lectionem exercuisse, auctor est illius Nepos. qua pa-
riter ratione Aetius eis qui colicis doloribus a frigido humore ge-
nitis sollicitantur consuluit leniter exclament, aut concinne cum Li. 9. epist. epist. ad Iu. paenult.
uociferatione procedendo legant. Sic ad ptisicos, atque tabescentes
ea Methodicos nonnullos usos fuisse legitur. de hac sermonem fa- Cel. lib. 2. cap. ult.
ciens Auicenna dixit, quod ad legendum suauiter est incipiendũ, loco citat.
deinde uox ordinate exaltanda, postea cum uox fortior facta fue-
rit, creuerit, & longa fuerit, tempus ipsius erit ponendum tempe-
ratum, quoniam tunc magnum affert iuuamentum. Atque haec
de intensa ac uehementius facta lectione, quam Celsus etiam in tus lib. 4. c. 4.
si sicca laborantibus non parum utilitatis praestare censet. Cete-
rum quae lenius, & remissius agitur, ad eadem fere omnia ualet, ni
si quod debilius cuncta operatur, & propterea interdum ipsa post
ciborum

ciborum sumptionem citra noxam uti possumus, quod Plutarchus D
quoque non improbauit. de hac autem loquens Aristoteles scri-
18. partic. prob. 1. ptum reliquit, ignaros homines, ac melancholicos, dum legere in-
cipiunt, somno corripi, quoniam intellectum figere nequeunt, &
ob id uapores crassi, & frigidi excitantur, qui cerebrum frigefacien
tes somnum inducunt. ex aduerso uiros intelligentia praestātes mi-
nime, dum lectitāt, dormire, eo quia intellectū firmantibus ipsis ca-
lor internus amplificatur, atque inde uigiles potius quam somnicu
losi euadunt. Post uociferationem, cantum, atque lectionem suc-
cedit sermo, siue locutio, quae & ipsa uocis exercitatio est, attamen
praedictis omnibus tum uehementia, tum robore cedit, & ideo in-
ter debiles exercitationes recenseri meretur. Nam iis in primis ac-
commodatur, qui praeter modum ad somnum propensi sunt, qui-
que aut prae humore melancholico, aut prae phlegmate sensus tor- E
pentes, quasiq. oppressos habent. tales namque a sermone perpur-
gantur, eorumue animi ita expergefiunt, ut faciliter mox sensus a
corpore liberentur. Pituitam porro a sermone consumi, indicant
sputa ex loquentis ore affatim emanantia, quae partim a capite, par
tim a stomacho, partim a thorace exeuntia, cuncta ista membra ser
Oribasius lib. 6. c. 7. monis beneficio gaudere demonstrant. Iam uero sermo uim quan-
dam obtinet, si Antyllo credamus, ut caput impleat, & grauitatem
afferat, cuius rei gratia sciunt medici in doloribus capitis, pluribus-
ue aliis eius affectibus sermonem interdicendum fore. sermo prae-
terea lippientibus, & quibus sanguis e naribus funditur, aut a pe-
lib. 4 c. 4. 5. Meth. ctore reiectatur, non parum nocet. Qua propter Cornelius Cel-
sus, atque Galen. in sanguinis reiectionibus silentium necessario
requiri uoluerunt; similiter linguam exsiccat, sitim inducit. atque F
hinc sapienter Hippocrates scriptis mandauit, silere, & os contine-
6. Epid. com 3. re sitim exstinguere. quam sentētiam explicans eruditissimus Plu-
in lib. de loquacitate in fine. tarchus non solum sitim a silentio non generari, uerum nec tristi-
tiam, nec dolorem dixit, qui etiam multos, dum sese a loquendo
lib. 27. c. 6. continerent, tussim, ac singultum curasse memoriae prodidit.
Triennio (ait Plinius) Maecenatem Messium accepimus silentium
sibi imperauisse a conuulsione reddito sanguine. Ad haec uires dis-
solui a sermone, idq. praecipue in febribus, & magis quoque in ac-
loco citato cessionibus, testatum fecit Oribasius. ut nullum amplius dubium
supersit, quin, & iuuandi, & nocendi ualetudini facultatem obti-
neat sermo: ne dicam quot damna, quotue commoditates, pro ut
is adhibetur, saepenumero animis ingerat. quae si persequi uellem,
nimis a proposito nostro recederem, quando praesertim, & Plutar-
chi

A chi de loquacitate libellus, & Galeni de curandis ac cognoscendis animi morbis, haec cognoscere cupiẽtibus sufficere possunt. Hacte nus de articulatae uocis exercitijs. Praeter haec autem duae sunt exercitationes, quae tametsi uocis minime propriae uideantur, & ab auctoribus ut plurimum praetermissae sint, attamen ipsae quoque in exercendis aliquibus corporis partibus facultate non carent: atque eae sunt risus, & fletus. Nam risus, dum oris dilatatione, praecordiorumue titillatione interiora, & praesertim faciem exagitat, quin illas partes insigniter calefaciat, haudquaquam infitiari possumus: eo magis quod rubor in ridentium uultibus efflorescens caliditatis acutae apertisimum argumentum exsistit. & iccirco crediderunt nonnulli, Homerum uocasse risum γέλωτα ἄσβεστον, sicuti grammatici γέλως ab ἕλη, quae uox caliditatem significat deduci B tradiderunt. Proderit igitur in primis ridere illis, quibus frigidae sunt & capitis, & thoracis partes, melancholicis, & a frigida cerebri intemperie desipientibus, attonitisque, & qui ob moerorem ac tristitiam in febres, aut alios affectus delapsi sunt. de risu uerba fecisse Coelium Aurelianum existimo, quando in atrophiae curatione animi laxationem, διάχυσιν uocatam, post cibum cõmendauit; & quando similiter in capitis dolore adhibendam praecepit eandem, ne a mentis intentione caput impleatur. In his etenim uniuersis, cum frigida intemperies dominetur, merito auxilium praestat risus, nimirum qui multum aerem in pectore moueat, & spiritum calidiorem emittat, ut scriptum est ab Aristotele, qui hac de caussa ridentes grauiorem uocem edere quam flentes iudicauit. (11. partic. prob. 13. & 15. & 35. part. prob. 8.) hoc autem tanto magis sperandum erit, si risu sese exercere uolen- C tes alas sibi ipsis titillari facient; propterea quod magnus in illis partibus uenularum, atque arteriarum concursus exstat, quae titillatae concalefiunt, & spiritum subinde ex calefactione genitum per uniuersum corpus diffundunt. Neque uero latere quemquam debet, ualidum risum, sicuti dixit Plato, magnam mutationem parere, nempe de quo celebratur apud Graecos hic senarius. (2. de repu.)

Γέλως ἄκαιρος ἐν βροτοῖς δεινὸν κακὸν, idest

Risus intempestiuus inter mortales graue malum. Siquidem talis, praeter immoderatam spirituũ effusionem, praeter nimiam agitationem, calefactionemue, non raro, secundum Aristotelis, & Alexandri sententiam, uehementem resolutionem inducit: quoniam uitalis uis, & insitus calor immodice foras prodit, ac inde fit, ut sic ridentes sudent, ac rubeant sanguinis aduentu: calorem etenim natiuum, ignemque ipsum, sicuti per loci appetitionem sur- (loco citato lib. 1. prob. 19.)

sum

sum efferri, sic per alimenti desiderium ima patere necesse est: igitur utralibet mouendi ratione perempta calor insitus interit, & uis omnis uitalis euanescit. ut non absque ratione Homerus finxerit Procos risu emori, D

Odyss. 5.

Ἀτὰρ μνηστῆρες ἀγαυοὶ
Χεῖρας ἀνασχόμενοι γέλῳ ἔκθανον, idest,
tum Proci illustres
Manus extollentes risu emoriebantur:

li. 2. de paedia Cyri.

Necnon Aglaitidas apud Xenophontē dixerit, risum huiuscemodi mouentes, neque corporibus, neque animis prodesse. Porro caput, ac thoracem peculiariter ab huiusce generis risu offendi nemo negauerit, quemadmodum interdum laxata maxillarum ossa, dorsumque oblaesum animaduertimus. Fletum tametsi Aristoteles in pueris laudauerit, quasi eorum corpora flendo contracta, & contensa robustiora euadant, Ciceroq. scriptum reliquerit, athletas, cum exercebantur, ingemiscere consueuisse, ut se intenderent ad firmitatem; exiguum tamen usum in tuenda bona ualetudine habere certo scimus: pueri namq. fortasse a ploratu minus offenduntur, quoniam ei a primo ortu insuescunt, quippe qui statim ac ex utero parentis in lucem uenerunt, plorare incipiant: cuius caussam Soranus ephesius explicauit esse; tum quia tenuis spiritus a luce concutitur: tum quia insuetam terram attingant, quando mulieres in nauibus parientes mutum edunt. quam sententiam secutus Alexander medicus addidit, illos minime audiendos esse, qui animum dicant, quod amisso caelesti domicilio corpus inhabitare terrenum occoepit, iccirco infantem cogere dolere, atque plorare. Ceterum adultiores quem nam ex fletu capere fructum queant, nusquam uideo. quod enim is corpora frigidiora intenta, ac debilia reddat, praeter Aristotelem ob praedicta flentes acutiorem uocem reddere narrantem, Galenus quoque attestari uidetur, ubi pueros, dum plorant, interrupto spiritu ob uires defatigatas respirare sentit. qui item a fletu nonnumquam febres accendi perspicue testatus est. quā tum subinde oculis ipsis detrimentum afferat, inde conijcere faciliter possumus, quod lacrymis ab humoribus oculorum (si Cassio medico credimus) defluentibus eos consumi necessarium est. ut summa cum ratione eloquentissimus auctor Cornelius Celsus continuos fletus oculos imminuere scriptum reliquerit: ne sileam quantum damnum uox recipiat, dum fauces, ac uocalia instrumenta inter flendum madefacta, exasperataue, eam raucam efficiunt, tussesque, ac noxios catharros latenter concipiunt. nam & apud E F

2. Tuscul.

in Isagog. cap. 17.

lib. 1. prob. 61.

loco citato

5. Aph. 54.

1. de tu. sa. cap. 8.

In prob.

lib. 6. cap. d cur. ocu.

Coelium

A Coelium Aurelianum legitur, ploratum post cibum ualde stomachum labefactare. Ex quibus omnibus colligitur, aut nullum, aut exiguũ emolumentum a fletu corporibus accedere, & iccirco simile uocis exercitationem dumtaxat animorum passiones, ut uoluit Posidonius, exsaturare posse, quando nonnulli affectibus pleni, quoties uolunt, plorare queunt, alij passionibus uacui etiã si uelint nequeunt. Atque tot de uocis exercitationibus dicta sufficiant. Gale. 4. de pla Hip. & Pl. ca. ult.

De Cricilasiae, Trochi, & Pilamallei qualitatibus. Cap. VII.



RICILASIAE exercitatio tametsi apud nullas nationes (quod ego sciam) in usu habeatur, quaeq. eius apud ueteres forma & modus fuerint, plene nondum mihi compertum sit, nihilominus facultates eius ab Oribasio de- 6. collect. cap. 26.
B scriptas praetermittere nolo, ut si forte alter, uel ipsissimam Cricilasiam, uel aliam similem exercere nouerit, eius uires minus ignoret. Illam itaq; inter magnas exercitationes locum habuisse, memoriae proditum est ab Antyllo, qui etiam dixit, Cricilasiam intenta corpora mollire, & quae loco stabiliri non possunt, tum reuolutionibus, tum etiam figurarum corporis uarietate sic parare, ut facile flectantur, & stabiliantur; neruosq. imbecillos firmare, & laxare, calorem excitare, & intelligentiam, quae de uia deflexit, & atra bile agitatur, ad statum suum reuocare. Neque item trochus antiquorum quis fuerit, satis mihi constat, nisi uel eundem, trochum nostrum uocatum, uel paullo dissimilem illi fore dicamus. Hunc proculdubio inter exercitationes tardas, atq. remissas collocandum es- Oribasius loco citato
C se omnes affirmant, cumq. uirgis illis pilas in circum ferreum impellentibus agatur, necnon modo stando, modo ambulando exerceatur, ualetudinarijs, atque ijs, qui prae uirium imbecillitate, aut aliquo alio impedimento detenti, maiores exercitationes obire nequeunt, in primis conuenire uidetur, secundo loco senibus, atque ceteris, qui maioribus laboribus incalescunt nimis, tum etiam aestate potius aptabitur; peculiariter uisus in ipso exercetur, brachia, & crura; quae omnia in simili motu suauiter, ac citra omnẽ uiolentiã laborantia, quin robur acquirant, negari minime potest; sicuti in multis experientia quotidie comprobatur eum aluum citare, humoresq. ad infimas partes detrudere, & succis uentriculi, ac totius corporis concoquendis suffragari. Verum enim uero qui capite uertiginibus obnoxio sunt, quiq. podagris, aut ulceribus tumoribusq. crurum sollicitari consueuerunt, ab hac exercitatione abstinere de-

bent; quoniam in alteris spiritus capitis commoti facillime affectio D
nes illas excitant; in alteris humores ad infima delabentes eos morbos ouent, ac incredibiliter augent. Inde est, quod Aretaeus in curatione, epilepsiae solam eius uertiginis inspectionem, quam facit instrumentum illud, quod βέμβῖκα dicunt, & de quo supra sumus locuti, epilepsiam inducere monuit. Hoc fortasse exercitationis genus intellexit Auicenna, quando dixit; Et ludere cum uirgis retortis dictis alsulegian cum pila magna, aut parua lignea, nisi quod illud inter fortes exercitationes reponens, & pilam magnam nominans a nostro differre demonstrat, nempe quod sit debile, solisque paruis sphaerulis agatur. Habemus & aliud motus corporis genus, quod pilis ligneis exercetur humi dupliciter, uel pilas in circum ferreum humi defixum manibus impellendo, uel cubo ligneo eas approximando, quod quidem genus dorsum ob inclinationes conti- E
nuas exercet; attamen caput offendit, atq. renes in quorum ulceribus ἐξαπτιναίως ἐπικύψεις uitari mandauit Rufus medicus, neq. admodum pro ualetudine probatur. legitur enim apud Galen. exercitationes inclinato capite, dorsoue peractas nequaquam illis conuenire, q occasione qualibet leui uertigine, epilepsia, ophthalmia, auriū dolore, gutturis, aut alterius, capitis, & colli inflammationibus occupantur. Praedictis omnibus tum notior, tum frequentior est pilamallei uocati exercitatio, qua ueteres gymnastas caruisse nemo non fatetur; sed quanto magis temporibus nostris penes cunctas nationes ipsa inoleuit, tanto magis necessarium uidetur illius facultates declarare. Nā quod ex magnis sit exercitationibus, ac uehementibus facile est & a labore, qui sustinetur in ipso, & ab eius natura conijcere; a labore, quoniā sudor, defatigatio, rubor faciei, F
spirationis magnitudo ut plurimum in sic sese exercentibus oboriūtur; ex natura uero eius, quia cū, & deambulatio fere continua, ac reflexa, & brachiorum iactatio, dorsiue totius obnixio quaedā adhibeantur, indubitatā fidē faciunt, nequaquam absq. uiolētia, aut magnitudine huiuscemodi exercitationem consistere. & iccirco probabile fit, ipsam calorem natiuū augere, excrementa euacuare, somnos profundos generare, & concoquendis cibis, atq. crudis humoribus conferre. At caput ab eadem repleri certū est, quando Galen. hoc uitium magnis exercitationibus adscribendum esse iudicauit. Quantū porro ad particulares effectus pertinet, in hanc sentētiam uenio, pilamallei exercitationem praecipue brachia, atq. dorsum exercere, secundo crura: & propterea illis omnibus congruere, qui mēbra ista confirmare student, quiq. multitudinē ciborū perbelle

libro. 1. fen. 3. do. 2 cap. 2.

lib. de oss. ren. 5. de tu. ua. cap. 3.

In cons. de pu. epil.

A conficere, ſuccos utiles ꝑ uniuerſum corpus diſtribuere, & ſuperflui
tates, tam per ſudorem, quam per ſecretam difflationem exinanire
intendunt. Ceterum nemo, uel mediocriter rei medicae peritus,
ignorat, ualetudinarijs, ac debilibus, quorum uires leui de cauſſa de
ſtruuntur, exercitationem iſtam minime accommodari: tanto mi-
nus illis, quibus capita male affecta ſunt, aut aliquo pacto imbecil-
lia. nam, & qui dorſo non admodum ualent, quiq. renes calidos, u-
rinaſq. acres habent, ex talibus motibus ſummopere offenduntur,
ſicuti quoq. nocet exercitatio haec, ubi partes inferiores inflamma
tionem, aut alium tumorem pati ſolent. Summatim poſſunt, qui ſa
nitate fruuntur, ad eam tuendam, optimumq. habitum generandū
pilamalleo ſeſe exercere: qui uero aliquo pacto ab aegritudine oc-
cupantur, omnino abſtinere debent. illudq. ſemper memoria tene
B re operaepretium eſt, quae de exercitationibus bona a nobis pro-
mittuntur, uera reperiri, modo ea ratio temporis, loci, quantitatis,
modi, atque corporum ſeruetur, quam in 4. lib. neceſſariam eſſe
monſtrauimus. alioqui ſi negligatur, mirum non ſit, loco bonorū
inemendabilia mala ſuccedere: quemadmodum ſaepenumero in
propoſita exercitatione euenire certo ſcio, quae cum fere poſt pran
dium a plurimis agatur, nullo ſalubritatis loci, ac temporis habito
delectu, nō ſua culpa, ſed exercentium incuria pernicioſas affectio-
nes, ac prauos habitus inducit. quo magis omnes admoneo, ut dili-
gentiam, a Maioribus noſtris in exercendis corporibus obſeruatā,
quantum conceditur, imitantes, melius ualetudini, atq. membro-
rum robori conſulant, neq. committant, ut proprijs erroribus, &
ſanitatem ſimul deperdant, & honorem, dicēte Galeno noſtro, ma 5. đ tu. ua.
C gnum dedecus illis eſſe, qui a natura ſanam corporis conſtitutionē
ſortiti eam ob exercitationum, ac recte uiuendi negligentiam cor-
rumpunt, atq. morboſam reddunt. Et quoniam hoc in capite duo
diximus, alterum quod pilamalleus exercet dorſum, alterum, quod
illis euitandum eſt, quibus dorſum eſt imbecillum, ſciendum erit,
Galenum uoluiſſe, in ſenibus debiles partes numquam exerceri, in 5. de tu. ua.
alijs ſemper debere. rationem, qua inductus illud dixit, hanc fuiſſe cap. 3.
exiſtimo; quoniam debilitas ſenum emendari non poteſt, cum ex
uirtutis motricis defectu proficiſcatur, aliorum uero reparabilis eſt.
unde, quando nos aliquas partes imbecillas minime exercendas cō-
ſulimus, ſemper de imbecillitate confirmata, ac inemendabili, non
autem de recenti, atq. de curabili, dicta noſtra intelligi uolumus:
ne a Galeni placitis, quem omnes medici ſequi tenentur, in hac ſen
tentia recedere uideamur.

De equitationis facultatibus. *Cap.* *IIX.* D

2.de tu.ua. cap.8. 6.epid.cō.1 aph.6.



EQuitationem, quā Galenus aliquando inter ea, quae exercitationes simul, & opera nuncupat, adnumerauit, ex eiusdem sententia magnam exercitationem esse, aperte constat. Quo circa, quantum sit ex se, poterit natiuū calorem augere, & excrementorū inanitioni opitulari. Est autem nō parua differentia, an equus (sic appello equum, mulum, & aliud quod uis portandis hominibus accommodatum animal) lente, celeriterue gradiatur; an succusset; an asturco sit, ac tolutarius, an currat. (Oribasius li.6. c.24. Aet. lib.3. cap.7.) De placida, & lenta equitatione scriptum inuenitur ab Antyllo, atq. Aetio, si placide equus gradiatur, nihil magis, quam lassitudinem, & praesertim inguinibus afferre. (in li.de aere aq.& lo. cap.11. 4. sectio. prob.12.) de hac inquā uerba faciens E Hippocrates memoriae prodidit, continuā equitationē lassitudinē magnam parere, hominesq. infoecūdos & coeundi impotentes reddere, nec non dolores diuturnos, & claudicationes generare. neq. iccirco sententia Hipp. dānanda uidetur, quod Aristoteles contrario plane sensu scriptū reliquerit, equitantes assidue libidinosiores euadere; quoniā genitalia continua attrectatione, motioneq. incalescentia spiritū concipiunt, sicq. cocūdi cupiditas inducitur: siqui dē Hipp. de placida, & nimis frequenti loquitur, ut pote quae leni motu non ita calefaciat, & pendentes coxas, atq. pedes oblaedat: Aristoteles uero de ea, quae equo celeriter gradiēte, & interdū succussante, sed non admodū frequenter exercetur, uerba facit. Haec (locis cita.) etenim equitando facta exercitatio, ut Antyllus, & Aetius crediderunt, totū corpus laboriose concutit, & magis adhuc omnibus alijs F exercitationib. Vnde ab Alexādro Tralliano in dolore capitis, quē caussa frigida gignit, adhibetur, sicut in epilepsia, in surditate, praesertim uero stomachū firmat. (lib.27.c.7) ut non immerito scriptū sit a Plinio, equitationē stomacho, & coxis utilissimā reputatā fuisse. qua itē ratione in singultu curādo ab Aetio usurpatur; sensuū instrumēta subinde purgat, eaq. reddit acutiora, hydropicos (ut sentit Trallianus) si quid aliud, maxime iuuat, solutā aluū & fluentē, dicente Celso, coercet, crura quoq. tenuia crassefacit, quod Germanici exēplo testatur Suetonius. (Lib.9. c.3. Aet. li.11. cap.30 loco citato.) Ceterū thoraci maxime aduersatur, necnō uesicae male affectae, in cuius ulceribus curandis ante cetera huiuscemodi exercitationē uitari placuit Archigeni illi, praestantissimo Hadriani Imp. Archiatro: coxis etiā obesse scripsit Hippocrates, quāquā in hac re uarias auctorū posteriorū exstare sentētias reperio. Themison Methodicorū princeps in coxēdicū dolore, ἰσχιάδος noīe a graecis appellato,

pellato,

A pellato equitare imperabat aegrotantes, quo magis ob uehementiam motus partium faceret uexationem: post ipsum idem confirmauit Theodorus Priscianus,&, quē modo citaui, Plinius. Ex altera parte iam diximus, Hippocratem coxis equitationem inimicam, earumq. dolorum parentem reputasse, quem secutus Coelius Aurelianus Themisonis placita insectatus est, tamquam ueram ischiadicorum curationem destruentia. Ego, cum animaduerto in hac exercitatione uehemēter coxas incalescere, ac ex motu debilitari, ita sentio, humores defluentes faciliter ibi decumbere, atq. inde dolorificas affectiones excitare, tanto magis affectus iam excitatos, quasiq. inueteratos acerbiores & indissolubiliores effici reor: quibus item rationibus equitationem a Celso podagricis iure damnatam fuisse puto. Equitatio peracta succussante equo praedictis duabus B proculdubio deterior est, nimirum quae uniuersum corpus moleste quasset, & dolores excitet, augeatque. Sicut in Niptris ille sapientissimus Graeciae saucius intelligebat, ubi diceret.

Coel. lib. 5. cap. 1. li. 2. ad Timo. c. 21.

Libro. 4. cap. ult.

Pedetentim ite, & sedato nisu ne succussu
arripiat maior dolor.

Cic. 1. Tu.

Quod item Lucilius poeta antiquus innuit, dum equum succussantem taetrum nuncupauit hoc uersu.

Succussatoris taetri, tardiq. caballi.

Nonius Marc.

Ad haec succussationem uehementer caput offendere, collum & dorsum, & nates, experiuntur illi, qui aliquando in hunc modum equitare coguntur. Deniq. si ulla est equitatio, quae uiscera praecipue (id enim fatetur Galenus) agitare apta sit, proculdubio nunc 2. d tu. ua. cap. 11.
C proposita talis est, a qua non solum interiora omnia concuti, uerum etiam suspendi, quasiq. arripi uidentur. illud unum habere iuuamen potest, ut cibis, atque crudis humoribus concoquendis, aluoq. ciendae, ac urinae prolieciendae, necnon a renum (quod Auicennae placuit) loco lapillis atq. arenulis ad inferiora deducendis adiuuare queat. Sed, quoniā maioribus damnis commoda haec cōpensantur, omnes ab exercitatione simili abstineant consulo. In asturconibus equitatio (eam sic appello, quam uulgari nomine portantum, aut trainam uocant Itali, & de qua ita Martia.

li. 3. fen 19 tra. 1. c. ult.

Hic breuis ad numerum rapidos qui colligit ungues
Venit ab auriferis gentibus astur equus)

Lib. 14.

quemadmodum magis corpus, & membra gradarij equi uectione exercet, ita minorem molestiam parit, siquidem mollis illa alterno crurū explicatu glomeratio minimum fatigat, peculiariterq. aluum citare usu probatur. De equitatione currentibus equis facta licet

apud Arist. legatur, ita equitantes, quod magis caueant, minus ca- D
dere, tamen eam improbare uidetur Galenus hac ratione; quia sae-
pe contingit equitantes in terram decidere, & nonnumquam ex ca
su emori: sed praeter hanc multae exstant caussae aliae, ob quas a sa
nitatis studiosis huiusmodi equitatio omni diligentia euitari de-
bet. nam corpus (ut scribit Hippoc.) nimium calefacit, exsiccat, atq.
extenuat, ob id ad minuendam carnis multitudinem a Coelio Au-
reliano probata, caput male afficit, sensus hebetat, oculos non pa-
rum offendit: quandoquidem Arist. caussam indagans, cur, qui
equo uehuntur, quo longius equus decurrerit, eo magis emittere
lacrymas solent, significat ideo illud euenire, uel quoniam motus
calefaciens ualde humores oculorum cliquat, & lacrymas inde
ciet, uel quia sicuti uenti aduersi oculos perturbant, sic aer occur-
sans tanto magis ferire potest, quanto equus uelocius agitatur. lae E
dit praeterea haec equitatio tã thoracem, & pulmonem, quam ui-
scera uniuersa. Quod etiam renes maximo detrimento afficiantur,
fidem facere possunt multi, quorum alij urinae ardore, alij lapillis,
alij ulceribus modo renum, modo uesicae, modo peritonaei usq.
adeo ob hanc exercitationem sollicitati fuerunt, ut fere ijs affectio
nibus mortem obierint: ne dicam quot luxationes, quot osium fra
cturae, quot membrorum distorsiones saepenumero inde nascan-
tur, dum brachia, dorsum, coxae, & crura supra modum laborant.
Videant igitur quos currentibus, atque mutatis equis itinera sua
obire delectat, quot, ijsq. grauissimis periculis, nedum ualetudinẽ,
uerum etiam salutem ipsam subijciant, quomodoque non inge-
nuorum, aut sanitatem curantium ac uitam, sed potius perditorum
hominum, athletarum, nihilq. uitam, qua nobis carius, aut opta- F
tius nil reperitur, aestimantium opus exerceant. Hactenus de equi-
tationis speciebus, quarum nullam aegrotantibus admodum con-
ferre scripserunt Antyllus, atque Aetius; quasque nec ijs, qui me-
dicinam sumpserunt, ullo pacto congruere memoriae tradidit So-
ranus Ephesius, neque illis, qui renum morbis male afficiuntur,
uel earum inflammatione laborant, conuenire censuit Galen.
Sunt qui in equo sedentes gestari delectentur, quae exercitatio
parum male ualentibus usui esse mea sententia potest. nam, ut mol
lisime ueharis, tamen lasitudo inguinum, lumborumque &
dura suspensio explicatioque percipitur, quando subpedaneis cor
pus sustentare, perarduum est, ne dicam imposibile. accedit & ma-
la, ac dolorifica illa concusio, si quo modo incitatius feraris. Va-
lentibus magis conferre eadem potest, corpus, animum, & stoma-
chum

In libr. de paruae pilae ludo.

2. de diaeta.
lib. 5. c. ul.

Sect. prob. 13.

locis citat.
In Isagog. cap. 23.
6. Epid. com. 3. aph. 2.

A chum firmando: sensus expurgando, acuendoque: sed pectus, atque pedes debilitat.

De gestationum in uniuersum uiribus. Cap. IX.



NTEQVAM gestationum sermonē aggrediamur, illud prius adnotādū lectoribus uolumus, nos minime ignorare, multos equitationem inter gestationis species reposuisse, inter quos fuit Aetius Amidenus; sed nequaquam horum opinionem sequi uoluisse; tum quia Cornelius Cel. antiquus simul, & celebris auctor, ubi gestationis species adnumerauit, ne uerbum quidem de equitatione facere uoluit, quasi alienam a gestatione iudicauerit, id quod multos alios opinatos fuisse B conijcitur ex Antyllo; tum quia expresse Gal. gestationem, & equitationem diuersas esse declarauit in. 2. de tu. ual. ubi alias exercitationes a nobis fieri tradidit: alias ab extrinseco, ut gestationes: alias mixtas esse, qualis equitatio est; tum quia, si gestatio, ut definiunt omnes auctores, mixta est ex motu, & quiete, pluribus corporis partibus non moueri apparentibus, uniuerso autem corpore a latione moto, haec condicio ab equitatione longe abest, in qua scilicet manifestissime omnes fere corporis partes moueri conspiciuntur. sed ista parum referunt, quando etiam Antyllus, atq. Aetius separatim de equitatione ipsa uerba fecerunt. Hanc inquam gestationem ab equitatione separatam, necnon a graecis αἰώραν uocatam, multas quidem habuisse species, in superioribus declarauimus: at quae omnibus uniuersali gestationis nomine comprehen- C sis facultates attribuuntur, prius explicabuntur, demum particulares effectus singulis adscriptos persequemur. sed prius id ignorari nolo, saepenumero apud auctores reperiri gestationes, & exercitationes simul nominatas, quasi utraeq. inter se differant, quorū sententiae de exercitationibus proprijs, quae uehementiores motus gestationibus exsistunt, non autem de communiter acceptis interpretandae semper erunt. Est igitur gestatio secundum Antylli, Aetij, atq. Auic. sententiam, inter placidissimas, atque debiles exercitationes, & propterea non solū sanis, & ualetudinarijs, uerum etiam longis, ac inclinatis morbis, & deniq. ijs, quibus lentae morborum reliquiae remanent, nec aliter eliduntur, accōmodatae sunt. In acutorū nonnullis ut ab Aretaeo in Letargicis, nephriticis probantur. quinimmo tradit Celsus Asclepiadē etiam in recenti, uehementiq. febre, praecipueq. ardente ad discutiendam eam gestationis usum

lib 3 ca. 6. lib. 2. c. 15.

locis citat.

loco citato

comprobasse. quod profecto periculose efficitur, meliusq. quiete D eiusmodi impetus sustinetur. In sanis etenim, ac ualetudinarijs gestatio, cum nec lassitudinem corporibus ingeneret, immo ea fere magnis exercitationibus similiter moueat, potest calorem naturalem augere, materiae multitudinẽ discutere, habitum corporis firmare, actiones stupidas excitare, segnitiem dissoluere, corporis turbationem sedare, ijs, quos uigiliae exercent, somnum conciliare, & contra etiã ueternosis, ac dissolutis reditum ad se, uigiliasq. parare. nam somnum conciliat, excrementa, quae a capite ad stomachum delabuntur, per halitũ digerendo, quae nimirum partes sunt uigiliarum praecipuae caussae: sed uigilias postea inducit corporis tenorem ad se reuocando, & corroborando. &, quamquam Seneca epist. LVI. uideatur gestationem facere magis laboriosam, quam ambulationem; eius tamen oratio interpretanda est de eo solo, qui ualetudine offensus ab omnibus fere turbatur. In quibus morbis de gestatione periculum facere placebit, sic experiundum esse consuluit E

loco citat. Celsus, si lingua non erit aspera, si nullus tumor, nulla durities, nullus dolor uisceribus, aut capiti, aut praecordijs suberit, & ex toto numquam gestari corpus dolens uoluit, siue id in toto, siue in parte est, nisi tamen solis neruis dolentibus; neque umquam in recenti febre, sed in remissione eius. Nihilominus, citra multas obseruationes, ab auctoribus probatas esse in uarijs affectionibus gestationes reperitur. Coelius Aurel. in libris, quos de morbis diuturnis inscripsit, eas in incubone (quo morbo plurimos Romae quasi ex cõtagione quadam aliquando perijsse, refert Silimachus Hippo. sectator) commendauit, similiter & in uocis amputatione, in haemoptoicis, in quibus eandem damnauit Asclepiades, in asthmate, in stomachicis, in elephantiasi, in colicis, in arthritide. Theodorus Priscianus quoque, & ante ipsum Aretaeus gestationes adhibendas uoluit in melancholia, in atrophia, in spleneticis, necnon in stomachi doloribus. Iisdem exercitationibus in illis, qui ualde exsiccati sunt, F

7. Meth. atque refectione opus habent, Galenum usum, aliquando legitur. Quin & ipsemet Celsus pro sacro igne curando gestationem laudauit. ut non semper condiciones ab ipso demonstratas obseruatu necessarias fore hisce auctoritatibus conuincere ualeamus. Non est ta-

lib. 2. cur. chron. c. 7. men ignorandum, magnopere referre, quonam in loco quis gestationibus utatur. quod Aretaeus coeliacorum exercitationes demonstrans eam ceteris praetulit, quae inter lauros, myrtos, atq. thymum efficitur.

A *De gestationum in uehiculo, lectica, atque sella particularibus uiribus. Cap. X.*



Xplicatis ijs quae ab auctoribus de gestationum facultatibus in uniuersum tradita fuerunt, iam ad particulares descendere opportunũ est, si prius illud in memoriã reuocauerimus, scriptores. s. medicinae, qñ sine additione gestationis usum in sanis, atq. ualetudinarijs nominant, de qualibet eius specie intelligere: qm̃ nulla fere inuenitur, quae ipsis utiliter accõmodari nõ posit: quando uero in aegrotis loquuntur, interdũ oẽs, sed in remissionibus morborũ, interdũ placidiores significare. Vehiculorũ multa fuere apud maiores nostros genera, quorũ luxuria usq. adeo interdũ Romae creuit, ut, referente Plinio, aurea ac ar li. 34. c. 27
B gentea facere nõ sint ueriti. sed hoc praeter institutũ nostrũ est. Nã, quae pro sanis, aut aegris in usu habita sunt a medicis uehicula, alia ab animalibus, mulis. s. aut equis agebantur, alia ab hominibus, & utraq. uel tardiuscule, uel celeriter. Gestationẽ uehiculo factã q̃uis ceteris acriorẽ esse dixerit Celsus, nihilominus, secundũ Galeni sen lib. 2. c. 15. tentiã, inter debiles exercitationes recenseri meretur. quo fit, ut sa 2. d tu. ua. cap. 11. nis, nisi aliter exerceri impediãtur, minime omniũ cõueniat. Vale- 5. d tu. ua. tudinarijs, atq. senibus magis, quẽadmodũ Antiochũ sese exercuisse, & Caeciliũ Pliniũ accepimus: maxime uero aegrotãtibus, de quibus sermonẽ faciens Antyllus dixit, gestationẽ in uehiculo factam uim quandã amoliendi, cõmouendiq. morbos stabiles, & permanẽtes habere. Qua propter Seneca epist. LVI. ad bilẽ faucibus infixã discutiendã, & ad spiritus densitatẽ extenuandã sibi mirifice profuisse
C scribit, qui, ꝙ anhelandi difficultate, siue suspirio, ut ipse uocat, nõ raro usq. ad exspirationis periculũ exerceretur, huiuscemodi exercitatione aduersus morbũ utebatur. Haec inquam exercitatio du- lib. 3. c. 6. plex ab Aetio traditur, altera mitior, altera uehementior. de mitiori scriptum reliquit, ea in capitis affectionibus, & his, quibus intestina fluxione laborant, utendũ esse. unde sapienter Coelius Aurel. lib. 1. c. 1. iudicauit, capitis dolore uexatos per longã uiam gestari debere, ne frequenti uersione aegrotanti uertigo induceretur, uelut etiam nõ sine ratione in furore, atq. paralysi curandis uehiculi manibus acti gestationem adhibendam esse uoluit, quamquam eandem postea in epilepsiae curatione improbauerit, ꝙ motus rotarũ uertiginem, caliginemq. faciat aegrotanti, quae passionis imaginem ferat. licet. n. Galenus, Trallianus, & Aetius in uertiginosis, epilepticis, graui ophthalmia, aut aurium dolore, surditateue captis, necnon in hemi

3. de tu. ua. cap. 3. cranicis similem exercitationem prorsus auersari non uideantur: D attamen Aetius sic affectos leniter moueri, & auersos ab itinere retrorsum desidere in curru mandauit: multos subiungens se nouisse hoc modo curatos, qui nullo alio auxilio indiguerunt. Aetium deinde secutus Auicenna addidit, huiuscemodi uectationem retrouersa facie peractam uisus debilitati, eiusq. obfuscationi magnũ iuuamentũ conferre. Hanc mitiorẽ in aluo fluente cõmendauit Celsus: quam ualetudinarijs quoq., & senibus Ausonium Gallum poetam, & Ausonij medici a Marcello citati filium probasse puto, quando is, amico cuidam seni, & a morbo resurgenti scribens, monet Cisio, & Veredo, quae erant uehiculorum genera, tarde uehatur, rhedas, petorita, & equorum ueloces motus fugiat, his uersibus.

loco citato

Pelle soporiferi senium, nubemq. ueterni,
Atque alacri mediam carpe uigore uiam, E
Sed Cisium, aut pigrum cautus conscende Veredum,
Non tibi sit rhedae, non amor acris equi.
Canterij moneo male nota petorita uites,
Nec celeres mulas ipse metiscus agas.

Porro uehiculi gestationem uehementiorem tamquam calefaciente, attenuanteq. ui praeditam in supprimenda carnis multitudine a Coelio commẽdatam inuenio: quam item ab ipso pro atrophiae curatione, & ab Aetio in affectionibus pectoris, & stomachi, in tumoribus laxis, in hydropicis, ac stupore attonito percussis ueluti optimum praesidium usurpatam fuisse, constat. In lectica gestatio facta ut praedicta aliquanto remissior atq. blandior exsistit, sic quoque plures usus apud medicos in exercendis aegris habuisse legitur. quod enim in sanis quandoq. eam adhibitam reperiamus, id F factum credo: non ut simili exercitatione ulla ualetudini accederet utilitas, sed potius, quia a senectute, siue alia caussa (ueluti Alexãder ob cruris uulnus in militari expeditione lectica usus traditur) cogebãtur, uel ut a puluere, sole, uẽtorũ flatibus, pluuia, grandine, ac hiemis rigoribus defenderentur. quo circa, nisi aliqua ex praedictis caussis homines sani urgeãtur, ut a lectica abstineant, consulo: quoniã, praeter agitationẽ illam, quae plurimorum capita uexare consueuit, generat & in corporibus quendam torporem, dum omnia fere membra a motu feriantur, ut mox difficile reddatur, ea maioribus, ac utilioribus exercitationibus assuefacere. Verumenimuero hac particulari cõmoditate nõ mihi uidetur priuanda lecticae gestatio, ꝙ sani uiri ea possunt uti post cibos, nõ ad excercẽda corpora, sed ad obeunda negotia necessaria, citra motus dãnum, aut solatij,

li. 4. c. ult.
loco citato

Curtius

&

A & exhilarandi animi gratia: quemadmodũ factitasse Augustũ, quãdo a caena se in lecticulam lucubratoriã recipiebat, auctor est Suetonius. Quantum autem ad exercitanda languentium corpora spectat, duplex fuit illius apud medicos gymnastas usus, aut gestatis sedentibus, aut decumbentibus. Decumbentes in lectica gestãtur, ut Antyllus, Aetius, & Auicenna memoriae mandarunt, qui lethargica febri, aut semitertiana, aut quotidiana, ac phlegmatica uexãtur, hydropici, secũdũ Tralliani sententiam, apopletici, resoluti, nephritici, ac podagrici. siquidem haec commotio per lecticam habita (ut ait Arabum medicorum princeps) materiam ex pulsioni aptã efficit. prodest subinde talis gestatio iis, qui diuturna imbecillitate laborãt, qui elleborũ sumpserunt: itemq. uigilantib. aut segnitie, & pigritia quadam oppresis, necnon iis, quibus caninũ in modum appetitus B intentus est, nimirum cum intentio illa sedetur. Ceterũ sedentes ij lectica, fm Aetium, portari debent, qui in integra febrium declinatione consistunt. eadẽ ratione, & illi, quĩ alias exercitationes obire nequeũt, qui diuturno aliquo, & leui morbo impliciti sunt, qui, cũ adhuc imbecilles sint, uires reficere cupiunt, qui tarde alimentũ cõficiunt. Ex quo prudenter satis Cornelius Cel. ubi phtisici nauigare nequeunt, lectica eorũ corpora dimouenda consuluit: quemadmodum Alexander Trallianus, si quid aliud huiuscemodi gestationes & naui, & lectica factas, hydropicos iuuare scripsit In sella, quã scamnum uocare maluit eloquẽtissimus Celsus, gestatio facta, tametsi apud auctores saepenumero cũ lectica cõfusa, atq. eadem inueniatur, nihilominus in duobus ab illa diuersam exstitisse puto: primo, quia lectica duorũ hominũ capax erat, sicuti innuit Suetonius, ubi C Neronem cũ matre in lectica quandoq. uehi solitũ scribit. quod minime de sella (ni fallor) legitur. secundo, quia lectica interdũ sex seruis, interdũ octo, interdum plurib. gestabatur. sellã autẽ tamq̃ breuiorem, & unius dũtaxat capacem a pauciorib. gestatam, uerisimile uidetur. Neq. n. ullam inter se maiorem differẽtiã temporib. nostris sella cooperta, & lectica obtinuerũt, q̃ ꝙ altera à duob. seruis ut plurimum gestatur, uniusq. dũtaxat capax est, altera a iumẽtis portatur, & duos continere ualet. In sella sani gestabãtur, deliciarũ potius, & maiestatis ostentandae, q̃ ualetudinis gratia: q̃q̃ Plinium ea Romae uectum, ut etiam inter eundum studijs uacaret, ipsius Nepos tradit. Celsus hanc sellarem, & simul lecticarem gestationem nauigatione in portu, uel fluminibus acta uehementiorem facit. Porro fiebat huiuscemodi gestatio, tum in sella cooperta, tum in aperta, tum sedendo, tum iacendo. Aegrotantes sine febre in sella detecta potius, quã tecta

Marginal notes: locis citat. (beside "Antyllus, Aetius…"); lib. 9. c. 5. (beside "hydropici…"); lib. 2. c. 15. (beside "mnum uocare…"); lib. epist. 5. (beside "uectum, ut etiam…")

tecta gestari debere, censuit Antyllus. In alia utiliter portantur ia- D
centes febricitantes, atq. ex iis lethargici potius, & quos cataphora
Lib.2.chr. cap.ult. Oribasius loco citato urget. q; si aliqui simplici permanenti, & diuturna febre iactentur, modo uires ferant, gestari plurimum debent, ut Coelius phtisicis cõsuluit, quandoquidẽ gestatio, minus mouens corpora, quandoq. febrem magis excitat. Ergo in febricitantibus, qui ad integritatẽ perueniunt, uel quorum longa admodũ remissio est, uel qui febribus tenentur longis, etiam si non magna interualla habeant, conuenit haec gestatio. quam similiter in multis alijs affectibus, nempe in dolore capitis, in epilepsia, si ferri queat, in mania, in paralysi a Coelio Aurel. commendari, ex eius de chronicis passionibus inscriptis libris clare habetur. ut etiam nos tuto, ubi res postulat, similibus gestationibus aegrotantes exercere ualeamus, dum tamen maturo morbo, atque iam inclinante illud agatur: alioqui, si, adhuc saeuiente, E aut incipiente affectione, gestatio administretur, accidentia acerbiora, & periculosiora consequuntur: quoniam motus, ut dissipare utiliter concoctos humores, ac excrementorum reliquias potest, sic calorem augere, spiritusq. & humores nódũ quietos, & repurgatos exagitare natus est. ex quo summum studium adhibendũ est, ne crescentib. crudisue morbis, praesertim calidis gestatio, aut alia quaeuis exercitatio administretur, sed in maturis solummodo, frigidis, atq. illis, qui manifeste inclinare animaduertuntur.

De lecti pensilis, cunarum, ac nauis gestationum facultatibus. Cap. XI.



QVI primus lectulos pẽsiles excogitauit Asclepiades, dua- F bus rationibus (ut refert Plinius) illud effecisse uisus est; tum ut blãdo eorum iactatu somnos alliceret: tum etiã, ut morbos extenuaret. quibus rationibus adducti posteriores in curandis aegris eorum usum frequentiorem reddiderunt;
Loco citato. q̃q̃ grauis auctor Cornelius Cel. exercitationem hanc tãtummodo administrandam aliquando iudicauit, ubi neq. nauis, neq. lecticae, neq. sellae copia datur: licet postea in apoplexia cum aeger resurgit, ipsum lecti motu concutiendũ praecepisse inueniatur. Verumenim uero Antyllus, Aetius, atq. Coelius, etiã si nil aliud deficiat, p multis affectionib. debellandis, lectis pensilibus infirmos exerceri uoluerunt, quinimmo (quod paucis cõceditur) hanc gestationem tã ante cibum, q̃ a cibo prodesse dixit Antyllus. nã primo febricitantes, aut diuturno morbo decũbẽtes, in quo corpora cõsumpta sese erigere

non

A non ita ualent, aut Elleborum sumẽtes a tali gestatione utilitatem recipere iudicatũ est: deinde in his, qui uires a febrili affectione recolligere incipiunt, necnon in lethargicis, & in appetẽtia ciborum deiecta eandem prodesse experimentis inuentum fuit. neq. defuerũt qui ipsam in furiosis, ac phtisicis laudauerint. Quemadmodũ, & Aetius, & Priscianus Theodorus phreniticis adhibendã censuerũt, quo blanda illa agitatione spirituum perturbatio leniretur, & somnus alliceretur. Ex genere pensilis lecti scympodium quoq. esse, monstrauimus: & iccirco ubi a Coelio, atq. alijs gestationes in pensili lecto probatas uiderimus, idem & de hac intelligere poterimus. Lectulo pensili non dissimilem aliam lecto factã gestationis speciẽ inuenio, quã primus (quod ego sciam) inter medicos Celsus monstrauit, ubi deficientibus ceteris gestationi dicatis instrumentis uo-

B luit uni pedi lecti funiculum esse subiiciendum, atq. ita lectum huc, & illuc manu impellendũ. id quod etiã Amidaenum Aetium significare uoluisse arbitror, quando scripsit, duas esse lecti gestationes, aut pensilis, aut fulcra mobilia iuxta angulares pedes habentis. Hoc equidẽ illud exercitationis genus existimo, quod ab Auicenna sub cunarũ reuolutione descriptum fuit, atq. idem nomẽ usq. ad tẽpora nostra retinuit: etsi enim ab ipso inter debiles exercitationes recenseatur, demulcendisq. pueris potius ex Galeni sententia, non sanis aut infirmis exercitandis aptum uideatur: nihilominus iis cõuenire creditur, quos febres debilitarunt, sicut etiã illi, qui nec dũ se mouere, neq. sedere ualẽt, quiq. ab hellebori potione ualde prostrati fuerunt, aut secundum Celsum alicuius mẽbri resolutionem patiũtur. quin, si talis gestatio suauiter administretur, praeter somni iucundi

C tatẽ q̃ affert, flatus quoq. dissoluit, reliquijs morborũ capitis, ueluti stupori, & obliuioni prorsus exstinguendis conducit, appetitũ mouet, & naturam sopitã exsuscitat. Inter gestationũ species ultimo loco posuerunt fere omnes nauigationem, q̃ ceterarum omnium lenissimam fecit Cornelius Cel. sed & huius quãplurima inueniũtur discrimina: siquidem non parũ interest, an quis in stagno, an in flumine, an in mari naue geratur: & in mari, an in portu, an in litore, an in alto, an turbato, an tranquillo. Nauigatio facta in stagnis, lacubus, aut paludibus ceteris in salubritate postponitur: quoniã ut plurimum ex aquis stagnantibus, nisi sint maris alicuius instar, putridi uapores eleuantur, qui aerem inficientes nauigationẽ magis suspectam reddunt. ut non immerito scriptum sit ab Arist. palustria loca incolentes subpallidos, ac somnolentiores euadere. minus noxia exsistit in fluminibus nauigatio, nẽpe quae auctore Plutarcho timori-

bus

Aetius lib. 3. cap. 6.

loco citato lib. 2. ad Timo c. 2.

lib. 3. c. 12.

loco citato

lib. 1 fen 3. doct. 2. c 2. 1. de tuen. ual.

loco citato

14. partic. prob. 11. & 12.

in probl. nat. bus carens nauseam ullo pacto nō cōmoueat. uerūtamen tam haec, D
q̃ illa, quae exercetur in stagnis, in capite male affecto incongruae a
lib. 1. c. 1. Coelio Aurel. iudicantur, ꝙ humectātes caput terrena exhalatione
infrigidant. Duabus praedictis maritima nauigatio ualde praestan-
tior creditur, quoniā mari semper uapores sicci, & calidi educūtur,
qui latenter, ac sensim nauigantium corpora recludunt, necnon sal
sae proprietatis caussa excrementa absumūt, atq. hominum habitus
quadam facili mutatione reficiunt, & iccirco huiuscemodi exercita
tio in cūctis fere morbis humidis, ac frigidis a medicis probatur, &
priuatim a Celso in tussi omni, a Coelio ac Aretaeo in dolore capi-
tis, in epilepsia, si ferri queat, in sanguinis sputo, in pthisi, in icteri-
tia, in hydropisi a Tralliano in frigida uentriculi intemperie com-
mendatur. In phtisi nāq. praestantissimum remediū nauigationem
lib. 18. c. 4 semper a Maioribus habitam fuisse, testatus fuit Plinius, qui hac ra- E
lib. 31. c. 6. tione phtisicos Aegyptū petere cōsueuisse refert, quo cū Annaeus
epist. lib. 5. cap. 61. Gallio post consulatū iam fere phtisicus, & Zosimus Plinij nepotis
libertus sanguinis reiectatione laborās profecti essent, ad sanitatem
restituti fuerunt: q̃q̃ barbarus ille auctor Plinij Secundi nomine fal
so inscriptus in 1. de re medica lib. dicat phtisicis magis cōferre in sal
tibus, ubi pix nascitur, habitare, q̃ in mari nauigare. Porro ex mari-
timis nauigationibus lenissimā dixit Celsus eam, quae in portu effi-
citur, q̃ tamen in capitis affectionibus una cum fluuiali, & stagnali
improbauit Aurelianus. Quae uero in litoribus exercetur nauiga-
tio iucundissima habetur, de qua celebratum hoc prouerbium nar
rat Plutar. πλοῦς μὲν ὁ παρὰ γῆν, περίπατος δὲ ὁ παρὰ θάλατταν
1. Sympo. ἥδιστος. i. nauigatio iuxta terram, ambulatio uero iuxta mare iucun F
dissima. haec ex communi Auicennae, atque Aetij sententia prae-
cipue prodest hydropisi, elephantiasi, apoplexiae, stomachi frigi-
ditatibus ac inflationibus: atrophiae quoq. secundum Coelium nō
paruū auxiliū praestat: quāuis enim a principio stomachum subuer
tat, paullo post tamē assuefaciens illum sedat, quinimmo, ut dicebat
lib. 37. c. 6. Plinius, uomitiones illae instabili uolutatione commotae plurimis
morbis capitis, oculorū, pectoris, & deniq. omnibus, propter quae
bibitur elleborum, medentur. Verum gestatio in alto mari peracta
reliquarū uehementissima exsistit, & mutationes plurimas, atq. ma
ximas facit, nimirū cum animus mixtos affectus habeat, & tristitia,
& spe, timore, atq. periculo: modo gaudentibus, & laetis, modo in
angustijs, & periculis uersantibus nauigantibus, quae simul omnia
lib. de cau. nat. magnā uim habent, ut quoq. Plutar. cognouit, ingentes uomitus cō
citandi, ac consequenter omnē ueterē morbum profligādi: & pro-

A inde iure dixit Auicen. nauigationem hanc ad exstinguẽdas praedictas aegritudines efficaciorem esse. quin & mixtio illa motus, & quietis, qua praedita est, si quid aliud, probe corpus nutrire idonea est. Quae tranquillo mari peragitur in naui gestatio non admodum (dicebat Antyllus) magnam turbationem, neq. cõcussionem affert: Oribasius lib. 6. c. 23.
ex quo fit, ut ferme accommodata sit iis, quibus etiã gestatio in curribus conuenit: nisi ꝙ hoc magis habet, ꝙ in purgato aere, ubi non humidi uapores, sed sicci, & acres sint, efficitur. Caeterũ quae turbato mari obitur, magis animum, & corpus exagitat, magisq. uomitũ ciet, & iccirco quantum fieri potest, in omnibus fugienda est, cum motus acutissimos, dũ nauis a uento impellitur, uehementissimos, & neutiquam cessantes, sicq corpori intensissimos habeat. Non silendum, in nephriticis nauigationem, omnemque maritimam ui-
B tam ab Aretaeo sub his uerbis commendari: καὶ πλοῦς, καὶ ἡ ἐν θαλάσσῃ βιοτὴ, ἅπαντα τοῖσι ἐπὶ νεφρῶν ἐστιν ἄκεα. idest, Et nauigatio, & uita in mari facta, omnia sunt nephriticis remedia.

De natationis, & piscationis effectibus. *Cap. XII.*



NATATIONEM inter exercitationes apud medicorum gymnastas exstitisse, maximeq. omniũ ab antiquis in existimatione habitam fuisse, ꝙ homines e periculis maximis, (ut dixit Plato in Gorgia) liberaret, eosq ad audẽdum fortiores, & animosiores redderet, iã satis monstrauimus: ideo uires eius perquirere solum restat. Nam uarias hanc quoq. differẽ- lib. 3. c. 14.
tias habuisse reperio: siquidem aut natatio fiebat in aquis sponte nascentibus, aut in alijs: & si in alijs, uel in dulcibus, uel in maritimis:
C si in dulcibus, aut fluuiis aut lacubus, aut stagnis: atq. hae omnes uel in calidis, uel in frigidis. Natationem in aquis sponte nascentibus, 24. partic. Prob.
quas omnes calidas esse, & Aristotelis auctoritas & ratio, & experiẽtia demonstrant, peractam improbauit Antyllus, tãquam impleat, lib. 6 c. 27.
eam tamen in paralyticis curandis adiumentum praestare, credidit lib. 2. c. 1. & li. 5. c. 2.
Coelius Aurel. ita. s. administratam, ut patientibus partibus inflatae uesicae adiungantur, quo natãdi laborem minuant. Quae porro in dulcibus aquis efficitur natatio, ad omnia est maritima male affectis inefficacior. quamobrem uitanda plerũq. est: quia, si in ea quis diutius immoretur, ei nerui, cum propter frigus, tum propter humiditatem laedentur: ex factis tamen in dulcibus aquis natationibus fluuiales minores sanis corporibus noxas inferũt, potissimumq. ad inducẽdum somnum ab Horatio Flacco commendantur, ubi scribit,

— ter uncti lib. 2. serm.

Trans

Saty. 1. *Trans nanto Tiberim, somno quibus est opus alto.* D
perniciosissimae uero sunt, quae in paludibus, & stagnis obeuntur: quoniã uapores putridi una cum humiditate corporis meatus illabentes, nõ solum caput, uerũ etiam uniuersum corpus contaminãt. Lacustres medio quodam pacto se habent: quae tanto minus insalubres erunt, quanto lacus, ubi efficiuntur, uastiores & puriores apparebunt. Maritima natatio ab Aretaeo in dolore capitis antiquato usurpatur. Ab Aetio ex Gal. mente in narium obturatione, & odoratus laesione si assiduè fiat, probatur. A Celso uero, & ab Antyllo hydropicis, scabiosis, & quos exanthemata infestant, itemq. elephãtiasim patientibus, & quorum crura, aut aliquae aliae corporis partes defluxione tentantur, accõmodata reputatur. facit quoq. ad eos, qui ex alimento fructum non sentiũt. & ideo non immerito Coeli. Aurel. natationes maritimas in paralyticis, ut etiam Celsus stomachicis, iecorosis, lienosis, cachecticis ex usu esse scriptum reliquit. ue E
rũtamen non possum non summa admiratione teneri, quomodo is auctor natationes sub Dio factas in capitis dolore, atq. etiã in epilepsia laudauerit: cum Antyllus nõ solum marinam natationem, sed qualemcũq. aliam capiti nocere tradiderit. quod similiter ipsa ratio persuadere uidetur, demonstrans, tum situm ipsum natãtium, tum continuas ex aquis emanantes exhalationes caput replere, ac male afficere. Illud hoc in loco silendum nõ esse duco, quod magnus phi
23. partic. Prob. 12. losophus Arist. in problematib. scriptum reliquit, uidelicet in mari facilius, quã in fluuijs natari: propterea ꝙ qui natat, sedulo aquae adnitendo natat: adniti autem ad id firmius possumus, quod corpulẽtius est: unde cum aqua marina fluuiali sit corpulentior, crassior, & ad renitendũ ualidior, magis natãtes adnitẽtes sibi sustinet. Est prae F
terea de quacũq. natatione animaduertẽdũ, paucos diuturnos morbos reperiri, in quibus ulla perfecte apta sit, & ob id perraro, ac solũ aestate adhibenda erit natatio, quando gracilẽ reddere, per halitum euocare, firmare, calefacere, attenuare, hominẽq. tandẽ iniuriae minus obnoxium facere potest: a Plinio scriptum est luxata hominum
lib. 31. c. 6. corpora, & quadrupedum natãdo in cuiuslibet generis aqua facillime in artus redire. Natatio calidã emollire indurata, calefacere refrigerata credita est. & ob id a Coelio Aur. in curandis arthriticis cõmendata, ab Aetio ex mente Gal. in iis, qui cutem corporis densatã habent. at ab ea caput offendi, uires quodã pacto eneruari, nemo negaret: ꝙ alio etiã non carere uitio dixit Coelius, uidelicet humores fundere, nec ipsos resoluere. Frigida ꝙ intus calorẽ natiuum repellens ipsum ualidiorem efficiat ciborum optimam, & citã cõcoctionem

Maritima natatio

A nem praestat: exuberãtes humores dissipat, & intus refrigeratas par-
tes calefacit. unde iure etiã ipsam in arthriticis laudauit Aurelianus,
ea ratione motus qua Hippoc. frigidã tetano affectis large affusam
remedium esse dixit, sicut, & Celsus pro regio morbo laborantib. in
aestate, & Herodotus apud Aetium ad euitandũ aestũ frigidam na-
tationem cõmendauit. experientia tamen constat, si quis ea frequẽ-
ter utatur neruos laedi, & interdum surditatẽ contrahi, quod Aga-
thinus apud Oribasiũ confessus est. Atq. haec omnia a nobis dicta ac
cipiantur de illis natationibus, quae ad gymnasticã quidem medicã
pertinebant, sed minime semper in gymnasijs exercebãtur. illae ue
ro, quas in gymnasijs ipsis fieri consueuisse in 3. lib. ꝓbauimus, siue ĩ cap. 14.
piscinis, siue in amplissimis labris agerentur, duos praecipuos fines
B secũdũ opinionẽ nostrã habuerunt, alterũ ut motu illo blãdo, quo
natantes agitantur, aqua magis corpora permearet, sicq. mẽbra co-
piosius humectarentur: alterum ut maiore uoluptate in mouendo
sese fruerentur: quandoquidẽ aqua mota, & praesertim balneorum
suaui illa attrectatione singularem quandam delectationem affert.
De piscatoria exercitatione, quam diximus ex Platonis sentẽtia nec 7. de legib.
animo, nec corpori prodesse, & proinde ab illo optari, ne iuuenes in sophista
huic incũbant, pauca uerba faciam, tũ quia fere sub nauigationẽ re lib. 3. c. 13.
ducitur, ut eadẽ repetere non sit opus: tũ quia a medicis prope nullis
eã in usu habitã esse cõstat: nisi ꝙ Auic. inter debiles exercitationes loco citato
adnumerauit, quando quis in nauicula piscatoria moueatur, & ob
hoc piscationẽ nullam calorẽ natiuum augere credendum est, cũ &
Arist. scripserit, piscatores marinos, ideo rufo colore existere, quo- sect. 38.
C niam intus frigent, extra uero quasi aduruntur: habẽt. n. qui in mari prob. 2.
piscantur hanc praecipuam cõmoditatẽ, ꝙ eorũ corpora ualde exic-
cãtur, & propterea minime omniũ corruptionib. subiiciũtur: quin
si putredo aliqua intus lateat, protinus exugitur, cõsumiturq. ut ma 1. de simpl.
gna cũ ratiõe scripserit Gal. piscatorũ habitus duros, ac siccos esse, med.
eorũue ulcera perinde exiccata continuo apparere, ac si salita forẽt. 6. đ comp. med. s l.
Quod uero scripsit Suet. Augustũ interdũ hamo piscari cõsueuisse, In vita Au-
id potius animi laxãdi causa, quã ualetudinis gratia ab eo agebatur. gusti. c. 83.

De uenationis conditionibus. *Cap. XIII.*



Enationis exercitationem comparans ludo paruae pilae libro 2. de
Gal. illud solum inter ipsas discrimẽ posuisse uidetur, ꝙ paruae pi-
alter modico apparatu indigeret, & ob id cuiuis exerci- lae ludo.
tatu facilis esset: altera uero pluribus instrumentis opus
haberet, neq. ab omnib. sed ab ingenuis dũtaxat, atq. diuitibus exer
ceri

ceri posset. hoc autẽ licet Galeni forsan tẽpestate, atq. etiã in aliqua D
uenationis specie tẽporibus nostris uerũ foret, nihilominus in maio
re eius parte secus rem sese habere cõpertum est, quando saepenu-
mero uno, uel duobus canib. aut paullo plurib. instrumẽtis rusticos,
atq. pauperes uenandi exercitationẽ frequentare cõspicimus. ut hac
ratione ipsa minores laudes pilae ludo non mereatur, neq. paucio-
2. d tu. val. cap. 8. rib. uerbis eius facultates a nobis explicari debeant. Cum enim Gal.
uenationẽ inter ea, quae ipse exercitationes & opera nuncupauit,
recensuerit: cumq. illius perspecta natura manifeste monstret, non
absq. uehementia, magnitudine, atq. celeritate ipsam effici, nimirũ
in qua multae aliae exercitationes, cursus uidelicet, ambulationes,
saltus, iaculatio, uociferatio, & aliae necessario requirantur, rationi
consequens est eã his facultatib. praeditã esse, q corpora uehemen-
ter calefaciat, excrementa dissipet, carnes, & succos exuberantes mi E
nuat, somnos profundos generet, & proinde concoquẽdis cibis, cru-
disue humorib. magnopere conferat: quodq. ait Xenophon, auditũ
ac uisum acuat, simulq. senectutẽ retardet. ob quas egregias faculta-
tes illud esse uerum existimare debemus, q Razes Arabs auctor gra-
in 3 com. trac. 13. c. 2. uissimus ex Gal. sententia memoriae mãdauit, uidelicet in quadam
Lib. de pu. epil. com. 115. peste cõtigisse, ut omnes fere perierint, & soli uenatores ob assiduã
exercitationẽ incolumes euaserint. Ceterum quod uehementibus
exercitationibus a medicis attributum reperitur, neq. uenandi la-
bor carere uidetur, ut scilicet caput offendendi ui polleat maxime,
si importune efficiatur, quemadmodum in 4. de acutorũ uictu apud
illum auctorem legitur. Quantum uero ad particularium uenatio-
nis specierum qualitates attinet, de duabus solũ uerba faciam, tam-
quam in his solis tota uenandi ad sanitatem, aut aegritudinem per- F
tinens facultas consistat: illae sunt, equestris, ac pedestris: nam sciũt
omnes, quãlibet uenationem, siue canibus, siue retib. siue auib. siue
arcubus, siue alijs instrumentis exerceatur, ab hominib. agi, qui aut
pedib. proprijs eant, aut equis insideant. Equestrem igitur (ita liceat
mihi appellare) uenationẽ exercẽtes, cũ modo currentib. equis, mo
do gradientib. agãtur, modo uociferare, modo quiescere cogãtur,
omnib partib. laborare uidentur, & iccirco multi hac exercitatione
crediderũt corroborari pectus, stomachum, intestina, dorsum, atq.
crura: ego uero eã euitare illis praecipio, quibus caput faciliter of-
fenditur, quibus fractionis uenarum in pectore periculũ imminet,
quibus lapilli in renibus aggregantur, quibus peritonaeum debile,
aut ulla herniae suspicio est, & quibus tandem uniuersus corporis
habitus calorem plusquã mediocrẽ obtinuit siquidẽ multos uidere
licet

A licet uenatores, quos partim ob clamores, partim ob motus uiolentiam similes morbi occuparunt, & quandoq. ad interitum deduxerunt. qua de re prudéter Martialis Prisco, ne Veredo (erat is equus uelociter currens) in uenatu uteretur, consuluit hisce uersibus. Lib. 12.

Parcius utaris moneo rapiente Veredo
Prisce, nec in lepores tam uiolentus eas.
Saepe satisfecit praedae uenator, & acri
Decidit excussus nec rediturus equo.
Insidias, & campus habet, nec fossa, nec agger
Nec sint saxa licet, fallere plana solent.
Non deerunt, qui tanta tibi spectacula praestent:
Inuidia fati sed leuiore cadunt.
Si te delectant animosa pericula Tuscis,
B *Tutior est virtus, insidiemur apris.*
Quid te frena iuuant temeraria? saepius illis
Prisce datum in equitem rumpere, quam leporem.

Porro uenatio pedestris eadem fere cómoda, & incómoda in equestri reperta continet, nisi q, dum cursibus, ac saltib. feras insectatur uenator, per montes, per ualles, per deuia, per siluas, per saltus, minori certe periculo, quam in equestri, subiicitur: at maiori labore afficitur, magis incalescit, magis pedes, & crura corroborat: praeter haec libidinis stimulos coercet, quando Hippolytum studio uirginitatis hoc uenationis genus exercuisse ferunt. Excitat quoq. uenatio appetitum, sicut coquus ille Dionysio dapes auersanti respódit, ipsi defuisse laborem in uenatu, qui appetitum generasset. Neutra tamen, q uehementior exsistat, senibus, aut debilibus accómodata C inuenitur, sed illis tantum, qui robustas omnes corporis partes sortiti sint, quiq. optime ualeát. ut nó absq. iudicio summo Cornel. Cel. dixerit, sanum hominem, & beneualentem modo nauigare, modo uenari debere. quod si Plinius nepos sanitaté suam uenationi, quá ruri in Tuscis obibat, aliquando acceptam retulisse uidetur, iudicandum est, aut illa moderatissime usum fuisse, aut potius corpore robusto, ac sano ita ualuisse, ut nullo pacto a tanti laboris uehementia laederetur. Erit itaq. omnib. hanc exercitationem inire cupientibus duo necessarium diligenter considerare, primum, an corporis robore polleant, inculpataq. sanitate fruantur: secus, ne grauissima pericula sustineant, iure dubitandum uidetur: secúdum, numquid modestia quadam, & iucunditate, aut potius citra delectum ullú & casu quodam, ut plerúq. fit, uenationi operam nauét. Quicúq. enim suarum uirium, aeris, temporis, quantitatis, loci, & modi rationem aliquam

Seneca in tragoed.

lib. 1. c. 1. epist. lib. 5.

aliquam habere uolunt, multa profecto eorum malorum uitare D
possunt, quibus ceteri casu sese exercentes subiiciuntur: eo magis, quod uenatio illud praecipuum in se habet, quod nulla alia exercitatio in eum modum obtinuisse apparet, ut scilicet totum fere diem non raro sibi requirat. unde aut uenatores inter exercẽdum cibum capere, & a cibo magnos labores aggredi coguntur, quo ualetudini nihil perniciosius esse potest; aut tota die ieiunant, quod tametsi fortasse minus offendat, neq. tamen ipsum noxa penitus caret, quando praeter consuetudinem illud efficitur, necnon postea usq. adeo prae fame exsaturantur, ut uentriculum in cõcoquendo mirum in modum fatigent, sicq. & cruditates, & alia innumera mala subeant.

Artis Gymnasticae finis. E

HIERONYMI MERCVRIALIS sex artis Gymnasticæ librorum elenchus, quorum primus liber continet.

LIBER QVINTVS.

LIBBR SEXTVS.

ERRATA SIC CORRIGITO.

fo 14 linea 3 a fine labetesque lege lebetesque

15 linea 19 siue Elidie lege in Elide.

15 linea vlt. cquirendi lege acquirēdi.

17 linea 4 exercitandam lege excitandam

18 linea 6 itner, lege inter.

18 linea 12 scribat lege scribit.

19 linea 11 propiugeum lege propnigeum

20 linea 4 a fine caldam lege calidā.

24 linea 9 Eoriceum lege Coriceū.

26 linea 22 fabricabatur lege fricabātur.

33 linea 26 Maecenetem lege Maecenatem.

34 linea 5 olei lege olet.

34 linea 11 a fine Inquies lege Inque.

38 linea 24 Albero lege Abero.

42 linea 11 decimum lege decimi

44 linea 17 calda lege calida.

51 19 litore lege littore.

52 linea 12 saepto lege septo.

63 linea 11 a fine piliicripi lege pilicrepi.

63 linea 5 a fine pedierepos lege pedicrepos.

65 linea 15 a fine fornicator lege fornacator.

67 linea 7 militaris lege militari.

73 15 a fine persicasse, lege persiccasse.

73 6 a fine fere lege ferre.

75 2 victu lege victum

75 21 obtinuerint lege abstinuerint.

80 linea 14 contineantur, quod a nullo lege contineantur, uerum quod a nullo

83 linea 8 a fine sphaeristirica lege sphaenistica.

84 linea 25 immiscebat haerebat, lege immiscebant haerebant.

94 linea 2 c in lege & in

108 linea 16 a fine Glacus lege Glaucus

126 linea 4 a fine Aratacus lege Aretaeus.

115 in margine Pliacorū lege Eliaiorū'.

136 linea 13 a fine exercitandam lege excitandam

141 linea 9 incindentibus lege incidentibus.

143 linea 10 sangnine lege sanguinem.

149 18 excitati lege exercitati.

154 9 perspirabilemq. lege perspirabileq.

158 19 a fine rectores lege rhetores

158 16 a fine litora, lege littora.

169 linea 7 quarūlibet lege quorumlibet

173 19 studerunt lege studuerūt.

186 17 a fine qua, lege quae.

187 linea 23 corpori lege corporis.

224 linea 5 quodcunq. exercitationes lege quodcunque post exercitationes

230 F defecto lege defectu.

231 linea 18 quo lege quem.

232 21 remunitores le. reūctores.

238 18 viuendi lege videndi

249 linea vltima sicq. lege siq.

255 22 Theophastus lege Theophrastus.

256 linea 2 satisfacere lege fatiscere;

255 linea 5 a fine salteribus lege Halteribus.

261 linea 3 a fine noce lege nocet.

262 linea 7 a fine afficiūt lege efficiūt.

279 linea 18 a fine Auéroar lege Auenzoar

288 linea prima patere lege petere

290 linea 3 ouent lege fouent

Te monitum praeterea volumus candide Lector erratum esse in ichnographia secunda palestrae oblongae, cum sculptor eam minime seruauerit in platanone, & secunda, ac tertia porticibus extra palestram longitudinem, quam ratio proportionis postulat, & quam ipsi descripseramus.

INDEX LOCVPLETISSIMVS RERVM OMNIVM MEMORABILIVM, QVÆ IN HOC OPERE continentur.

A

Antio-

Currus

Germa-

H

Helio-

I

Lienosos,

M

N

INDEX

Solon

T

V

Verti-

X

Z

FINIS

REGISTRVM

* ABCDEFGHIKLMNOPQRSTVX.

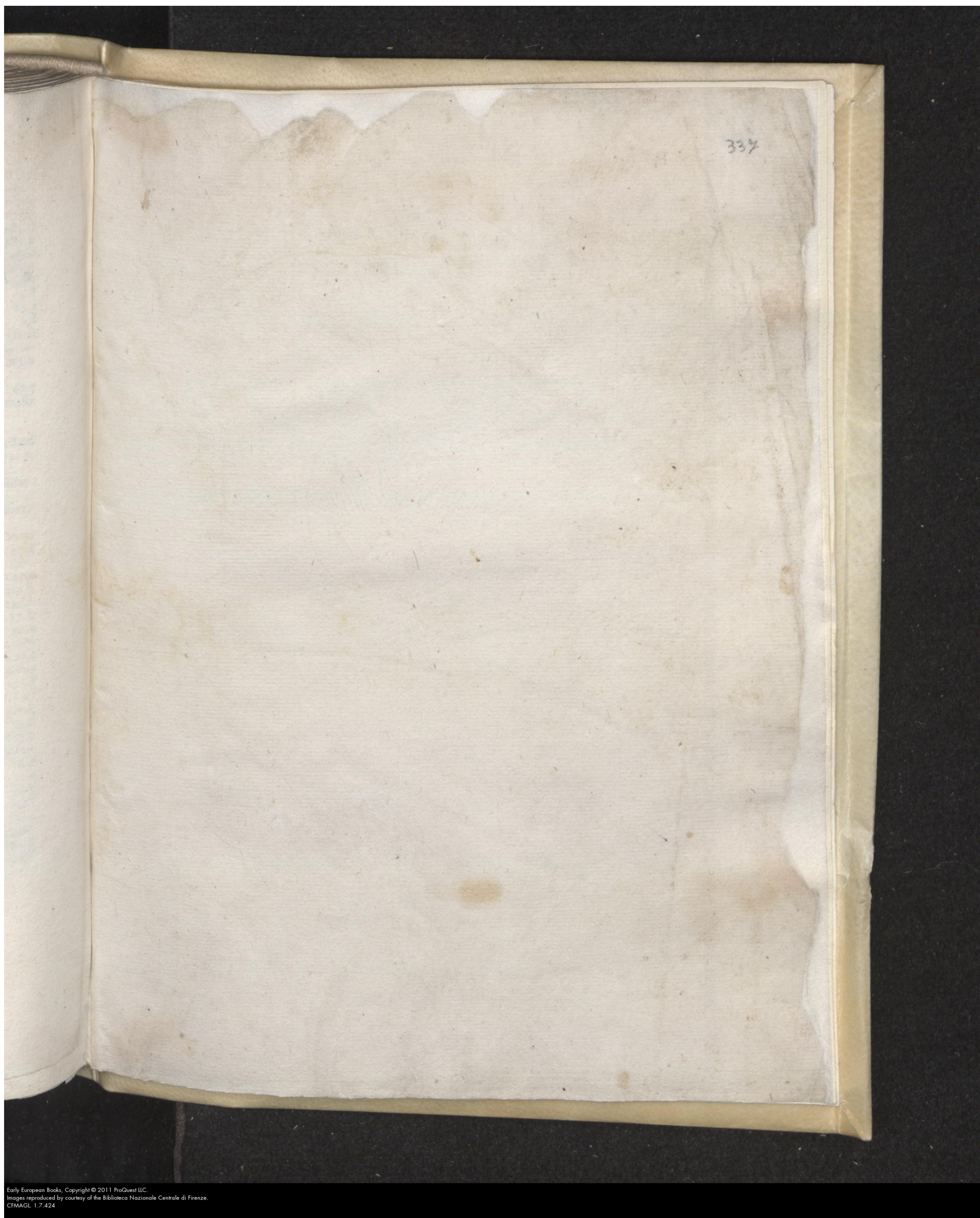
Omnes sunt quaterniones præter * et X
qui sunt terniones, et D quinternionem.

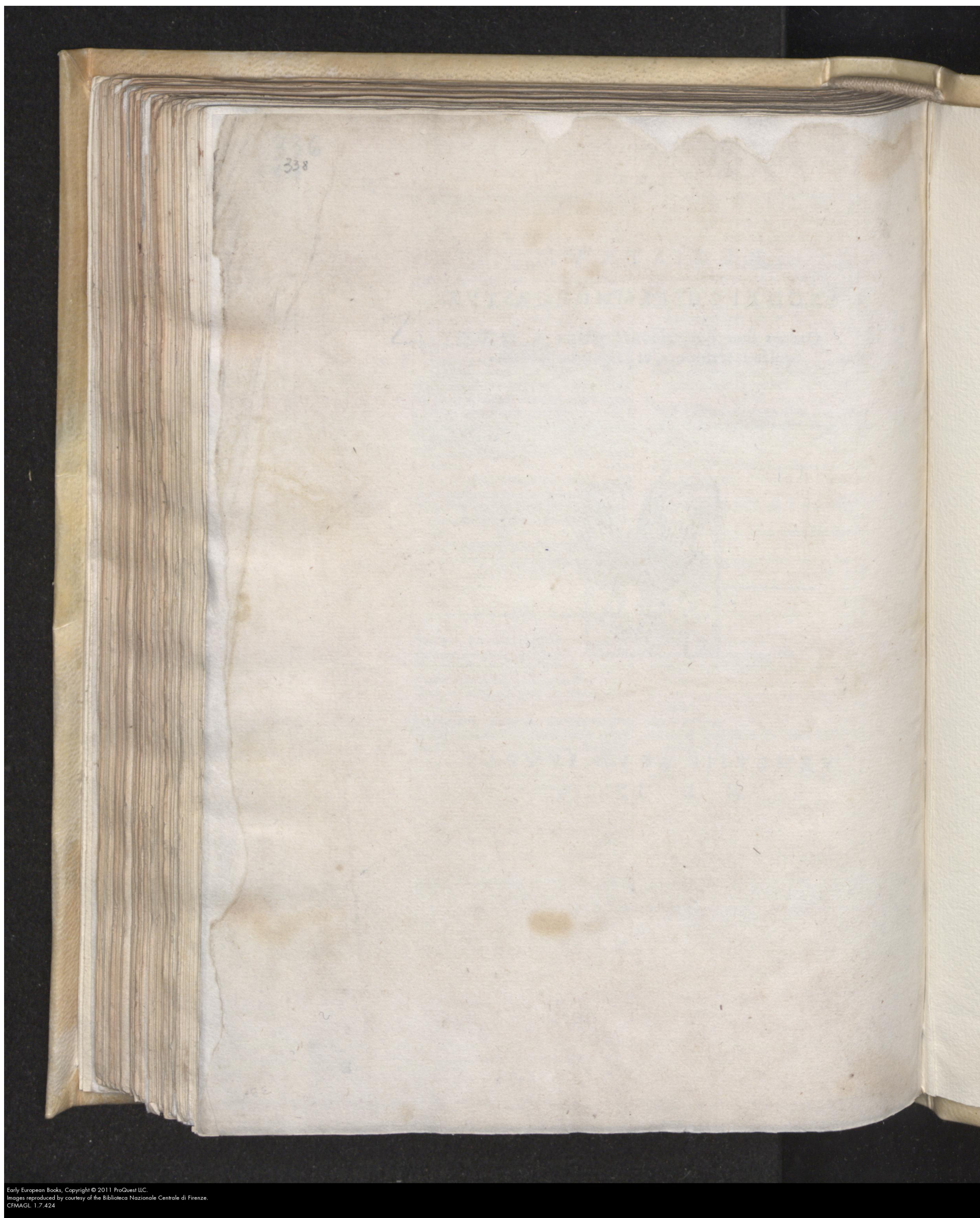


VENETIIS APVD IVNTAS
M D LXXIII.

336

Z


337


338

